

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf11nk206>

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-care Behavior* pada Klien dengan Hipertensi di Komunitas

Wimar Anugrah Romadhon

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga; wimar.anugrah.romadhon-2018@fkp.unair.ac.id (koresponden)

Bernadetta Germia Aridamayanti

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga; bernadetta.germia.aridamayanti-2018@fkp.unair.ac.id

Anggi Hanafiah Syanif

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga; anggi.hanafiah.syanif-2018@fkp.unair.ac.id

Gevi Melliya Sari

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga; gevi.melliya.sari-2018@fkp.unair.ac.id

ABSTRACT

Background: *self-care behavior* is an important thing that needs to be considered by clients with hypertension which consists of several components, namely the use of drugs, low-salt diet, physical activity, smoking, weight management and alcohol consumption. **Purpose:** to show the factors that influence *self-care behavior* in clients with hypertension. **Method:** the database used to identify suitable articles obtained from Scopus, ProQuest and Google Scholar, limited to the last 5 years of publication from 2014 to 2019, English, and fulltext articles. The literature review used the keyword "Self-care behavior, Hypertension". In searching articles used "AND". Only 12 articles met the inclusion criteria. This review was from 12 of these articles. **Results:** *self-care behavior* in hypertensive clients were influenced by several factors, namely family support, self-efficacy, knowledge, and spirituality. **Conclusion:** factors related to *self-care behavior* and pathways can help health care providers develop and design evidence-based interventions for clients with hypertension. **Recommendation:** Community nurses understand the factors that influence *self-care behavior* in hypertensive clients in the community so they are able to provide appropriate nursing care.

Keywords: factors of *self-care behavior*; hypertension; community

ABSTRAK

Latar belakang: *self-care behavior* merupakan hal penting yang perlu diperhatikan oleh klien dengan hipertensi yang terdiri dari beberapa komponen yaitu penggunaan obat-obatan, diet rendah garam, aktifitas fisik, merokok, manajemen berat badan dan konsumsi alkohol. **Tujuan:** untuk melihat adanya faktor-faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi. **Metode:** database digunakan untuk mengidentifikasi artikel yang sesuai diperoleh dari Scopus, ProQuest dan Google Scholar terbatas untuk publikasi 5 tahun terakhir dari 2014 hingga 2019, bahasa inggris, dan fulltext article. Tinjauan literatur menggunakan kata kunci "*factors of self-care behavior, Hypertension*". Dalam pencarian artikel menggunakan "AND". Hanya 12 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Ulasan ini berasal dari 12 artikel tersebut. **Hasil:** *self-care behavior* pada klien hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu dukungan keluarga, *self-efficacy*, faktor personal, dan spiritualitas. **Simpulan:** faktor-faktor yang terkait dengan *self-care behavior* dan jalurnya dapat membantu penyedia layanan kesehatan mengembangkan dan mendesain intervensi berbasis bukti pada klien dengan hipertensi. **Saran:** Perawat komunitas memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien hipertensi di komunitas sehingga mampu memberikan asuhan keperawatan yang tepat.

Kata kunci: factors of *self-care behavior*; hypertension; community

PENDAHULUAN

Self-care behavior atau perilaku perawatan diri merupakan hal penting yang perlu diperhatikan oleh klien dengan hipertensi yang diukur dari beberapa komponen yaitu penggunaan obat-obatan, diet rendah garam, aktifitas fisik, merokok, manajemen berat badan dan konsumsi alkohol^(1,2). Hipertensi menjadi sebuah penyakit kronis dan membutuhkan program manajemen diri untuk mencegah komplikasi lebih lanjut yang dapat mengakibatkan kematian⁽³⁾. Organisasi Kesehatan Dunia⁽⁴⁾ mencatat pada tahun 2016 sedikitnya sejumlah 972 juta kasus hipertensi, diperkirakan menjadi 1,15 milyar pada tahun 2025 atau sekitar 29 % dari total penduduk dunia dan dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 juta sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Kurangnya perhatian terhadap perilaku perawatan mandiri (*self-care behavior*) pada klien dengan hipertensi merupakan penyebab utama kegagalan untuk meningkatkan kualitas hidup klien dengan hipertensi^(5,6). Peningkatan *self-care behavior* pada klien hipertensi di komunitas masih perlu dikaji.

Masalah utama manajemen hipertensi adalah sikap klien terhadap penyakitnya yang cenderung tidak patuh dalam melakukan perawatan diri. Hal ini disebabkan karena klien dengan hipertensi memiliki pengetahuan tentang penyakitnya yang rendah dan tidak selalu menerapkan perubahan perilaku yang diinginkan⁽¹⁾. *Self-care behavior* yang dilakukan secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan kepuasan pasien dalam menjalani hidup, menurunkan biaya

perawatan, meningkatkan rasa percaya diri, kemandirian pasien, dan meningkatkan kualitas hidup pasien⁽⁷⁾. Faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan *self-care behavior* yang baik, yaitu dukungan keluarga, *self-efficacy*, pengetahuan dan spiritualitas^(6,8,9). *Self-care behavior* sangat berperan dalam melakukan aktivitas-aktivitas pengelolaan penyakit kronik, manajemen koping dan mengatur kondisi-kondisi yang disebabkan oleh penyakit kronik⁽¹⁰⁾. Faktor-faktor tersebut memerlukan manajemen dari klien hipertensi agar keyakinan yang dimilikinya terhadap efektivitas perawatan menjadi elemen penting dalam kesiapan klien untuk berubah.

Self-care behaviour yang dilakukan secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan kepuasan pasien dalam menjalani hidup, menurunkan biaya perawatan, meningkatkan rasa percaya diri, kemandirian pasien, dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Faktor-faktor tersebut memerlukan manajemen dari klien hipertensi agar keyakinan yang dimiliki terhadap efektivitas perawatan menjadi elemen penting dalam kesiapan klien untuk berubah⁽¹¹⁾. Perawat diharapkan dapat menciptakan terobosan baru dalam meningkatkan manajemen hipertensi yang baik dengan memperhatikan perilaku perawatan diri klien dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Tujuan dari systematic review ini adalah untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien hipertensi di komunitas.

METODE

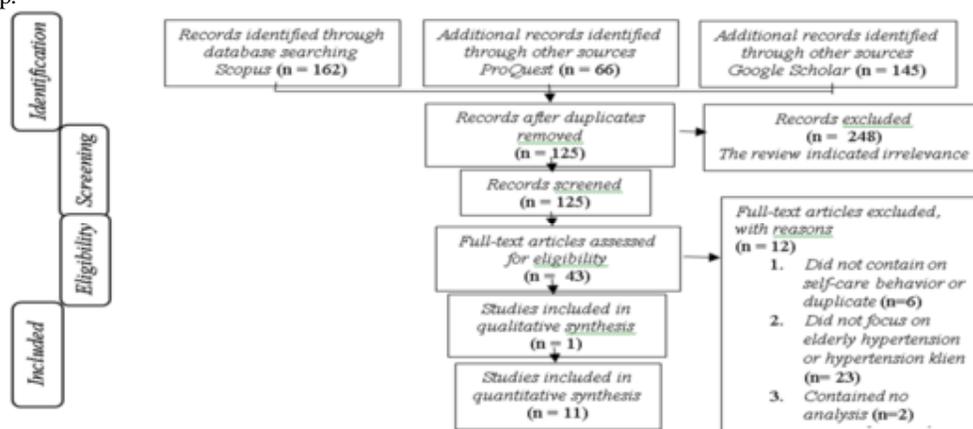
Desain *systematic review* ini dihasilkan dari penelitian terbaru selama 5 tahun terakhir. Systematic review ini menggunakan pendekatan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. Proses pencarian artikel secara elektronik. Data diperoleh dari *Scopus*, *ProQuest* dan *Google Scholar*. Systematic review menggunakan kata kunci *self-care behavior; hypertension; community*. Dalam pencarian artikel menggunakan "AND". Setelah jumlah artikel diperoleh, peneliti kemudian memilihnya kembali sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan.

Pencarian artikel ini juga menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Artikel yang diinginkan ditentukan oleh artikel yang diterbitkan pada 2014-2019, artikel dalam bahasa Inggris, dengan fokus pada kata kunci dalam artikel pencarian. Kriteria inklusi adalah basis data yang mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi di komunitas. Kriteria eksklusi adalah database dalam bentuk yang tidak berkaitan dengan *self-care behavior* dan tidak fokus pada penyakit hipertensi.

Proses pencarian artikel dilakukan pada Oktober-November 2019. Pencarian artikel menggunakan kata kunci yang telah ditentukan oleh para peneliti dan memberikan batasan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Data yang diperoleh dari *Scopus*, *ProQuest* dan *Google Scholar*, kemudian dipilih satu per satu oleh para peneliti untuk menentukan kesesuaian artikel yang diinginkan oleh para peneliti dan menghapus artikel yang sama. Setelah mendapatkan artikel sesuai dengan para peneliti, artikel dianalisis satu per satu dan dikelompokkan untuk mendapatkan hasilnya. Langkah selanjutnya adalah membahas berdasarkan poin yang diperoleh dari hasil seleksi.

HASIL

Pencarian literatur awal menghasilkan 373 artikel (9 dari *Scopus*, 2 dari *ProQuest*, dan 1 dari *Google Scholar*). Setelah meninjau abstrak untuk relevansi dan pencocokan dengan kriteria inklusi, 12 artikel dipilih untuk ulasan teks lengkap.



Gambar 1. Diagram flow dan pemilihan artikel

Studi ini heterogen. Ada 11 studi *cross sectional*, 1 *pilot study* dan 1 studi kualitatif. Responden dalam ulasan ini adalah klien dengan hipertensi yang berada di komunitas. Beberapa penelitian menyebutkan *self-care behavior* sama dengan *self-management behavior* dan *self-actualization*.

Penelitian yang membahas faktor-faktor yang berhubungan dengan *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi yang didapatkan ada 12 penelitian. Dari 12 penelitian yang ditinjau beberapa faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi di komunitas. Beberapa faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* seperti faktor personal yang terdiri dari faktor sosio ekonomi, pendidikan, pengetahuan, peningkatan usia, dan persepsi terhadap penyakit^(5,6,11-14), *self-efficacy* yang merupakan kepercayaan seseorang dalam melakukan aktivitas tertentu, termasuk kepercayaan diri untuk melakukan aktivitas saat hambatan muncul^(3,6,8,10,15), dukungan keluarga yang merupakan upaya yang diberikan kepada anggota keluarga, baik moril maupun materiil, sehingga dengan dukungan itu seseorang merasa diperhatikan, mendapat saran, atau kesan yang menyenangkan pada dirinya^(3,10,11), dan spiritualitas yang merupakan pengalaman manusia secara umum dari suatu pengertian akan makna, tujuan dan moralitas⁽⁶⁾.

PEMBAHASAN

Self-care behavior pada klien dengan hipertensi memiliki hubungan dengan faktor personal yang dimiliki oleh klien⁽⁵⁾. Faktor personal yang mempengaruhi *self-care behavior* adalah status sosio ekonomi, pendidikan, pengetahuan, peningkatan usia dan persepsi terhadap penyakit. status sosio ekonomi, pendidikan, pengetahuan, peningkatan usia dan persepsi secara signifikan mempengaruhi *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi^(5,12,14).

Hal yang sama yang ditemukan dalam penelitian yang lain bahwa responden yang memiliki pendapatan rendah mempunyai *self-care behavior* yang buruk. Hubungan status sosio ekonomi dengan perkembangan Hipertensi telah diidentifikasi dalam banyak penelitian⁽⁸⁾. Individu dengan status sosial ekonomi rendah memiliki tingkat literasi kesehatan yang rendah, stresor hidup, dan gejala depresi yang masing-masing berpengaruh buruk terhadap perawatan diri pasien dan kontrol hipertensi^(8,13). Penelitian^(8,13) menjelaskan adanya hubungan status sosioekonomi dan pengelolaan diri klien Hipertensi di China. Status sosioekonomi memiliki peran penting dalam pengembangan dan pengelolaan Hipertensi. Rendahnya status sosioekonomi dikarenakan klien dengan hipertensi sudah memasuki usia pensiun⁽¹⁾. Status ekonomi yang rendah menyebabkan klien dengan hipertensi tidak mampu mengoptimalkan perawatan diri.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pasien yang mematuhi perawatan mandiri klien Hipertensi sangat erat kaitannya dengan persepsi mereka tentang penyakit dan perawatannya⁽⁶⁾. Persepsi penyakit adalah konsep utama dari pengaturan diri terhadap sehat dan sakit. Berdasarkan konsep tersebut seseorang memiliki kepercayaan pribadi tentang penyakit mereka, yang sebagian besar dapat menentukan respons seseorang terhadap kondisi mereka^(3,6). Persepsi penyakit meliputi persepsi yang dirasakan yang dikaitkan dengan kondisi seseorang, keyakinan terhadap lama penyakit yang diderita, konsekuensinya, kemampuan yang dirasakan untuk mengendalikan kondisi dan sejauh mana pengobatan efektif dalam mengendalikan kondisi sakitnya, pemahaman tentang kondisinya, respon emosional dan kekhawatiran mengenai kondisinya, dan keyakinan tentang kemungkinan penyebab kondisi tersebut^(3,6). Persepsi diri dapat memainkan peran penting dalam perilaku manajemen diri penderita Hipertensi. Penelitian^(3,6) menemukan klien dengan hipertensi yang memiliki persepsi dalam kategori buruk memiliki *self-care behavior* yang buruk. Persepsi terhadap penyakit mungkin mempunyai pengaruh terhadap *self-care behavior*.

Responden yang memiliki pendidikan yang sangat rendah mempunyai *self-care behavior* yang buruk. Penelitian^(12,13) menjelaskan faktor demografi yaitu status pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi *self-care behavior*. Pendidikan berhubungan erat dengan pengetahuan dimana ketika pendidikan tinggi signifikan dengan pengetahuan yang tinggi yang dianggap sebagai dasar menggabungkan perilaku manajemen mandiri pada pasien klien dengan hipertensi^(12,13). Peningkatan pengetahuan telah dikaitkan dengan peningkatan perilaku perawatan diri pada klien dengan hipertensi, sedangkan pengetahuan yang tidak memadai dikaitkan dengan perilaku perawatan diri yang buruk^(11,14). Penelitian^(5,6) telah menunjukkan bahwa klien dengan hipertensi dengan pendidikan kurang memiliki probabilitas lebih rendah untuk terlibat dalam perilaku perawatan diri pada hipertensi. Rendahnya pendidikan mungkin menyebabkan pemahaman tentang pengetahuan klien dengan hipertensi kurang sehingga *self-care behavior* pasien buruk.

Self-efficacy memberikan kontribusi terhadap pemahaman yang lebih baik dalam proses perubahan perilaku kesehatan sehingga sangat penting untuk meningkatkan perilaku perawatan diri pada klien hipertensi^(8,15). Seseorang dengan *self-efficacy* yang tinggi akan menganggap bahwa dirinya mampu menggunakan kemampuan untuk mencapai suatu hasil yang baik sesuai dengan apa yang diharapkan. Begitu pula sebaliknya, apabila seseorang dengan *self-efficacy* yang rendah akan menganggap bahwa kemampuan yang dimiliki belum tentu dapat membuat dia mampu untuk mendapatkan hasil yang diharapkan^(3,6). *Self-efficacy* adalah prasyarat terpenting untuk perubahan perilaku. *Self-efficacy* mengacu pada kepercayaan seseorang dalam melakukan aktivitas tertentu, termasuk kepercayaan diri untuk melakukan aktivitas saat hambatan muncul^(3,10). Semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki klien hipertensi maka akan memudahkan individu memecahkan masalah dalam perilaku perawatan dirinya. Individu yang meyakini bahwa dia mampu melakukan suatu perilaku tertentu akan melakukan perilaku tersebut. Sedangkan individu dengan *efficacy* rendah cenderung untuk tidak melakukan perilaku tersebut atau menghindarinya⁽¹⁵⁾.

Dukungan keluarga dikaitkan dengan perilaku perawatan diri yang lebih baik⁽¹²⁾. Penelitian lain juga menemukan bahwa intervensi keluarga memperbaiki *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi⁽¹³⁾. Beberapa jenis dukungan sosial dilibatkan dalam memfasilitasi perawatan diri dan memperbaiki penggunaan sumber daya

kesehatan. Dukungan ini termasuk emosional (perasaan yang nyaman, nilai dan perilaku pasien), penghargaan (mempromosikan pemahaman tentang peristiwa yang penuh tekanan), dan dukungan informasi (memberi saran dan informasi), serta instrumental (bantuan keuangan atau barang dan layanan praktis lainnya)⁽³⁾. Hasil analisa beberapa jurnal menunjukkan dukungan keluarga berpengaruh signifikan terhadap *self-care behavior* pada klien dengan hipertensi. Pada penelitian⁽¹⁰⁾ klien yang memiliki dukungan keluarga yang baik memiliki *self-care behavior* yang baik. Hal ini disebabkan karena hubungan yang kuat antara dukungan keluarga dengan *self-care behavior*.

Menurut penelitian⁽⁶⁾ spiritualitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan *self-care behavior* pada klien hipertensi, namun beberapa penelitian lainnya belum menjelaskan dengan pasti terkait dengan spiritualitas klien. Dimensi psikologis merupakan dimensi yang paling dipengaruhi oleh spiritualitas yang artinya bahwa penderita penyakit kronis seperti hipertensi yang memiliki tingkat spiritualitas yang rendah cenderung lebih depresif dari pada penderita dengan tingkat spiritualitas yang baik. Tekanan spiritual dan krisis spiritual terjadi ketika seseorang tidak dapat mencari sumber makna, harapan, cinta, kedamaian, kenyamanan, kekuatan, dan pemecahan terhadap konflik yang terjadi antara keyakinan mereka dengan apa yang terjadi dalam hidup mereka sehingga manajemen stress tidak optimal yang akan menimbulkan tekanan darah naik pada klien.

KESIMPULAN

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-care behavior* pada klien hipertensi di komunitas terdiri atas faktor personal, *self-efficacy*, dukungan keluarga dan spiritualitas yang dimiliki oleh klien hipertensi. Faktor personal yang berpengaruh meliputi status sosio ekonomi, pendidikan, pengetahuan, peningkatan usia dan persepsi terhadap penyakit. Memahami faktor-faktor yang terkait dengan perilaku perawatan diri dan jalurnya dapat membantu penyedia layanan kesehatan khususnya perawat komunitas untuk mengembangkan dan mendesain model dan intervensi berbasis bukti pada klien dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zinat Motlagh SF, Chaman R, Sadeghi E, Eslami AA. Self-Care Behaviors and Related Factors in Hypertensive Patients. *Iran Red Crescent Med J.* 2016;18(6).
2. Manuntung A. Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (CBT) terhadap Self Efficacy dan Self Care Behavior pada Pasien Hipertensi. *Mutiara Med.* 2015;15(1):39–50.
3. Mulyati L, Yeti K, Sukamrini L. Analisis Faktor yang Memengaruhi Self Management Behaviour pada Pasien Hipertensi. *J Keperawatan Padjadjaran.* 2014;v1(n2):112–23.
4. Organizations I, Sciences M. International Ethical Guidelines for Epidemiological Studies [Internet]. Vol. 2008, Biomedical Research. 2017. 1921-1931 p. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/B6VC6-45F5X02-9C/2/e44bc37a6e392634b1cf436105978f01>
5. Rahmawati R, Bajorek B. Factors affecting self-reported medication adherence and hypertension knowledge: A cross-sectional study in rural villages, Yogyakarta Province, Indonesia. *Chronic Illn.* 2018;14(3):212–27.
6. Hanieh Gholamnejad, ali Darvishpoor-Kakhki, Fazlollah Ahmadi CR. Self-Actualization: Self-Care Outcomes among Elderly Patients with Hypertension. *Iran J Nurs Midwifery Res.* 2019;24(3):206–7.
7. Bhandari P, Kim M. Self-Care Behaviors of Nepalese Adults with Type 2 Diabetes: A Mixed Methods Analysis. *Nurs Res.* 2016;65(3):202–14.
8. Lee EJ, Park E. Self-care behavior and related factors in older patients with uncontrolled hypertension. *Contemp Nurse [Internet].* 2017;53(6):607–21. Available from: <https://doi.org/10.1080/10376178.2017.1368401>
9. Park E, Kim J. The Impact of a Nurse-Led Home Visitation Program on Hypertension Self-Management among Older Community-Dwelling Koreans. *Public Health Nurs.* 2016;33(1):42–52.
10. Hu HH, Li G, Arao T. The association of family social support, depression, anxiety and self-efficacy with specific hypertension self-care behaviours in Chinese local community. *J Hum Hypertens.* 2015;29(3):198–203.
11. Inggriane, Salami, and Sajodin 2017. Implementasi Fungsi Keluarga dan Self-care behavior Lanjut Usia Penderita Hipertensi. 2017;4(6).
12. Wang C, Lang J, Xuan L, Li X, Zhang L. The effect of health literacy and self-management efficacy on the health-related quality of life of hypertensive patients in a western rural area of China: A cross-sectional study. *Int J Equity Health.* 2017;16(1):1–11.
13. Yang ZQ, Zhao Q, Jiang P, Zheng SB, Xu B. Prevalence and control of hypertension among a Community of Elderly Population in Changning District of Shanghai: A cross-sectional study. *BMC Geriatr.* 2017;17(1):1–9.
14. Niriayo YL, Ibrahim S, Kassa TD, Asgedom SW, Atey TM, Gidey K, et al. Practice and predictors of self-care behaviors among ambulatory patients with hypertension in Ethiopia. *PLoS One [Internet].* 2019;14(6):e0218947. Available from: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0218947>
15. Labata BG, Ahmed MB, Mekonen GF, Daba FB. Prevalence and predictors of self care practices among hypertensive patients at Jimma University Specialized Hospital, Southwest Ethiopia: Cross-sectional study 11 Medical and Health Sciences 1102 Cardiorespiratory Medicine and Haematology 11 Medical and . *BMC Res Notes [Internet].* 2019;12(1):1–8. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4125-3>