

HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN TINGKAT KECEMASAN LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Nabila Yuniar Putri¹⁾, Duma Lumban Tobing²⁾

^{1,2} Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Email: duma.tobing@upnvj.co.id

ABSTRAK

Lansia dengan hipertensi sering mengalami kecemasan dikarenakan komplikasi yang sering terjadi seperti stroke, gagal ginjal, dan jantung koroner. *Self-efficacy* sebagai keyakinan diri untuk mengatasi masalah dengan cara mempengaruhi kognisi seseorang diduga dapat membantu lansia untuk menghadapi kondisi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia hipertensi di RW 03 Kelurahan Rambutan, Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian sebanyak 42 orang merupakan warga lansia dengan hipertensi di RW 03 Kelurahan Rambutan yang dilakukan pada bulan Mei 2020 - Juni 2020. *Chronic Disease Self-Efficacy Scale* digunakan untuk mengukur *Self-Efficacy* dan *Geriatric Anxiety Scale* digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan. Sampel penelitian dianalisis dengan uji *Chi Square* ($p < 0,05$). Hasil penelitian ditemukan karakteristik responden paling banyak berusia lansia (60 - 74) tahun sebanyak 39 responden (92,9%), berjenis kelamin perempuan 26 responden (61,9%), tidak teratur minum obat hipertensi sebanyak 25 responden (59,9%), lama hipertensi > 2 tahun sebanyak 30 responden (71,4%). Analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di RW 03 Kelurahan Rambutan ($p = 0,019$). Peneliti menyarankan lansia lebih memperhatikan pola hidup sehat agar mengontrol hipertensi dan bagi pelayanan kesehatan khususnya perawat dapat mendeteksi secara dini kecemasan yang terjadi pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Kecemasan, Lansia, *Self-Efficacy*

ABSTRACT

Elderly with hypertension often experience anxiety due to frequent complications such as stroke, kidney failure, and coronary heart disease. Self-efficacy as self-confidence to overcome problems by influencing one's cognition is thought to be able to help the elderly deal with this condition. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and anxiety levels in hypertensive elderly in RW 03 Rambutan Village, Ciracas District, East Jakarta. This research used a cross-sectional method with a purposive sampling technique. The research sample was 42 elderly citizens with hypertension in RW 03 Rambutan Village which was carried out from May 2020 - June 2020. The Chronic Disease Self-Efficacy Scale was used to measure Self-Efficacy and the Geriatric Anxiety Scale was used to measure anxiety levels. The research sample was analyzed by the Chi-Square test ($p < 0.05$). The results of the study found that most respondents were elderly (60 - 74) years as many as 39 respondents (92.9%), female 26 respondents (61.9%), did not regularly take hypertension medication as 25 respondents (59.9%), duration of hypertension > 2 years as many as 30 respondents (71.4%). Bivariate analysis showed that there was a relationship between self-efficacy and anxiety levels in the elderly with hypertension in RW 03 Rambutan Village ($p = 0.019$). Researchers suggest that the elderly pay more attention to a healthy

lifestyle to control hypertension and for health services, especially nurses, to be able to detect early anxiety that occurs in the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension, Anxiety, Elderly, Self-Efficacy

Alamat korespondensi: Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, Jl. Raya Cinere, Limo, Depok
Email: duma.tobing@upnvj.ac.id

PENDAHULUAN

Lansia berumur 65 tahun dari seluruh dunia pada tahun 2019 didapatkan sebanyak 703 juta. (UNDESA's Population Division, 2019). Peningkatan lansia disebabkan karena berkurangnya fertilitas (kelahiran) dan kematian, serta meningkatnya harapan hidup. Hasil data penduduk sesuai prediksi di Indonesia diperkirakan saat tahun 2020 27,08 juta (Kemenkes RI, 2017). Lansia adalah keadaan saat seseorang sudah memasuki umur ≥ 60 tahun. Penuaan adalah bertambahnya perjalanan perubahan yang berjalan secara bertahap (Kholifah Nur, 2016). Perubahan yang terjadi dalam lansia yaitu perubahan pada psikologis diantaranya seperti kesepian, depresi, gangguan kecemasan dan perubahan fungsi fisik yang meliputi sel, sistem sensoris, sistem integumen, muskuloskeletal, neurologis, pulmonal, endokrin, urinaria, gastrointestinal, seksual, dan pada sistem kardiovaskular (Sunaryo et al., 2016). Menurunnya fungsi kardiovaskular ditandai dengan penebalan pada daerah katup jantung sehingga darah yang dipompa oleh jantung menjadi berkurang, berkurangnya curah jantung dapat menyebabkan, menurunnya denyut jantung, elastisitas pembuluh mengalami penurunan, tekanan darah mengalami kenaikan dikarenakan intensitas pembuluh darah perifer. (Ramli et al., 2018).

Prevalensi hipertensi secara umum di Indonesia sebelumnya pada tahun 2013 sebanyak 25,8% dan sekarang pada data RISKESDAS tahun 2018 didapatkan peningkatan menjadi 34,11 % (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Tekanan darah tinggi ialah masalah yang kerap kali dijumpai pada lanjut usia yang dapat mempengaruhi aspek fisik, psikologis, ekonomi dan spiritual sehingga dapat mengakibatkan stress yang dialami pada lansia. Stress yang didapatkan pada pasien hipertensi ini adalah rasa tidak percaya akan perubahan yang secara tiba-tiba, pengobatan, perubahan perilaku secara fisik dan emosional menjadi stressor bagi pasien hipertensi. Lansia juga merasa takut dan cemas jika mengingat komplikasi dari penyakit hipertensi (Azizah and Hartanti, 2016) seperti gagal ginjal, stroke, dan jantung koroner (Kemenkes RI, 2014).

Kekhawatiran yang dirasakan pasien hipertensi disebabkan karena hipertensi merupakan penyakit yang muncul secara seketika tanpa adanya tanda dan gejala. Dari hipertensi sering terjadi komplikasi penyakit yang menyebabkan kekhawatiran yang sering ditunjukkan seperti gangguan kecemasan (Andhiyani et al., 2015). Kecemasan dipengaruhi oleh pemahaman individu tentang keyakinan diri yang mencerminkan konsep diri, dimana jika konsep diri mereka negatif maka lapang persepsi akan menyempit sehingga menyebabkan kecemasan (Stuart, 2016). Kecemasan merupakan masalah yang umum terjadi pada lansia, mereka akan menghadapi masa depan yang tidak pasti serta isu - isu hilangnya kesehatan, lansia dewasa biasanya jarang menceritakan kekhawatirannya karena lansia memiliki kemungkinan kecil untuk berbagi masalahnya (Valvre, 2012).

Konsep diri yang diperkenalkan oleh Bandura yaitu *self-efficacy* adalah keyakinan diri individu pada kemampuan yang dipunyai untuk merampungkan masalah (*stressor*) yang timbul di dalam hidupnya. *self-efficacy* ini dapat berdampak pada kognisi dan perilaku seseorang, (Ghufron dan Risnawita, 2017). Pada penelitian yang dilakukan (Warren-Findlow et al., 2012) bahwa lebih dari 59% seseorang dengan *self-efficacy* yang baik dapat mengontrol tekanan darahnya dengan baik dan pada penelitian (Son and Won, 2017) oleh sebab itu *self-efficacy* dapat mempengaruhi seseorang untuk meminum obat hipertensi secara rutin.

Self-efficacy sangat mempengaruhi pengelolaan penyakit, bukan hanya proses pengambilan keputusan akan tetapi proses inisiasi dan pemeliharaan (Bandura, 2009), dikarenakan makin tinggi tingkat *self-efficacy* maka akan mempengaruhi menguasai sesuatu dan hasil yang menguntungkan akan tetapi bagi yang memiliki *self-efficacy* rendah maka akan mempengaruhi tingkat keyakinan sehingga cenderung lebih mudah menyerah. Maka *self-efficacy* perlu ditingkatkan pada lansia dengan hipertensi agar dapat mempengaruhi lansia untuk mengubah pola hidupnya sehingga tekanan darahnya dapat terkontrol dengan baik (Farida and Susmadi, 2019).

Studi pendahuluan pada lansia dengan hipertensi di RW 03 Kelurahan Rambutan didapatkan hasil 3 (60%) dari 5 lansia dengan hipertensi mengatakan merasa takut dengan komplikasi yang terjadi dari hipertensi. 2 (40%) dari 5 lansia mengatakan mereka merasa sudah menerima jika memiliki hipertensi dikarenakan sudah lama juga mereka terdiagnosa hipertensi dan rutin mengkonsumsi obat dan selalu datang ke posbindu untuk melakukan pengecekan darah dan timbang berat badan. Hampir semua lansia dengan hipertensi mengatakan bahwa keyakinan untuk sembuh dari hipertensi sangat rendah dikarenakan tuntutan mengubah pola perilaku setiap hari juga banyak. Hal ini yang melatarbelakangi penelitian dilakukan di RW 03 Kelurahan Rambutan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* Sampel penelitian sebanyak 42 orang merupakan warga lansia dengan kriteria inklusi lansia memiliki riwayat hipertensi > 2 tahun yang berdomisili di RW 03 Kelurahan, tidak memiliki komplikasi, tidak mengalami gangguan pendengaran dan penglihatan, dapat membaca dan menulis dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner data demografi yang berisi Informasi tentang usia, jenis kelamin, lama menderita hipertensi dan informasi tentang keteraturan minum obat hipertensi. *Chronic disease Self-Efficacy Scale* digunakan untuk mengukur self efficacy. Kuesioner ini terdiri dari 33 item pertanyaan. Kuesioner *Geriatric Anxiety Scale* digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia. Kuesioner ini terdiri dari 30 item pertanyaan. Pengelolaan data dalam penelitian ini dilakukan melalui *editing, coding, processing, cleaning* dan tabulasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia Yang Mengalami Hipertensi (n=42)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	38,1
Perempuan	26	61,9
Total	42	100
Usia		
60 - 74 tahun	39	92,9
75 - 90 tahun	3	7,1
Total	42	100
Lama menderita hipertensi		
≤ 5 tahun	12	28,6
> 5 tahun	30	71,4
Total	42	100

Keteraturan minum obat hipertensi		
Teratur	17	40,5
Tidak teratur	25	59,5
Total	42	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 26 orang (61,9%) dengan usia terbanyak pada katagori 60-74 tahun sebanyak 39 lansia (92,9%). Mayoritas responden mengalami hipertensi selama > 5 tahun yaitu sebanyak 30 lansia (71,4,6%). Sebagian besar responden tidak teratur minum obat hipertensi yaitu sebanyak 25 orang (59,5%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lumi et al., (2018) yang dilakukan pada 67 lansia hipertensi ditemukan sebanyak 35 responden (52,25%) berusia 60 - 74 tahun. Penelitian yang dilakukan Son & Won (2017) memperkuat hasil penelitian ini, dimana ditemukan hasil sebanyak 69 responden (27.1%) berusia 65 - 69 tahun, lalu sebanyak 74 responden (28.9%) berusia 70-74 tahun, 56 responden (22.0%) berusia 75-79 tahun, dan 56 responden (22.0%) berusia ≥ 80 tahun. Seiring meningkatnya umur maka fungsi pada tubuh lansia juga mangalami penurunan salah satunya yaitu pada sistem kardiovaskular, katup jantung mengalami penebalan dan membuat kaku, kemampuan jantung bekerja untuk mengalirkan darah pun berkurang, pembuluh darah menjadi tidak fleksibel, meningkatnya ketahanan pembuluh darah sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan tekanan darah (Dewi, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni & Eksanoto, 2013) pada lansia dengan hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit Surakarta menunjukkan hasil sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 130 responden (62,80%) dan penelitian yang dilakukan Manuntung (2018) di wilayah Kerja Puskesmas Pahandut kota Palangkaraya menunjukkan hasil sebagian besar responden yaitu 43 responden (86%) adalah perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil kedua penelitian tersebut. Wanita dengan usia ≥ 60 tahun sudah memasuki periode menopause sehingga kadar esterogen mengalami penurunan, penurunan esterogen ini dapat menyebabkan kadar LDL (Low Density Lipoprotein) mengalami peningkatan dan berkurangnya kadar HDL (High Density Lipoprotein). HDL yang mulanya digunakan untuk menjaga utnuk terjadinya aterosklerosis mengalami penurunan, sehingga wanita lebih mudah mengalami penyempitan pembuluh darah dan masalah jantung(Suparni & Astutik, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sudawam & PH (2017) dimana Sebagian besar responden menderita hipertensi 13 tahun dengan minimal lama hipertensi 5 tahun dan maksimal 26 tahunTekanan darah yang meningkat secara bertahap dan dalam jangka waktu yang lama disebut juga dengan hipertensi biasanya tidak menunjukkan gejala dan juga terjadi secara tiba-tiba. (Kemenkes.RI, 2014). Komplikasi yang terjadi pada pasien hipertensi dikarenakan pasien hipertensi sudah terlalu lama menderita penyakit tersebut dan jika makin panjang seseorang menderita hipertensi maka komplikasi yang muncul juga makin berat. Hipertensi yang terjadi cukup lama maka akan terjadi kerusakan pada pembuluh darah, organ jantung, otak dan ginjal (Wahyuningsih, Amalia, & Bustamam, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wirmawanti & Baharuddin, (2018) yang dilakukan di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa, sebanyak 61 responden (93,9%) tidak teratur meminum obat hipertensi sedangkan 4 responden lainnya (6,1%) teratur meminum obat didapatkan selaras dengan penelitian yang dilakukan peneliti. Hipertensi merupakan penyakit yang signifikan dan sering terjadi tanpa adanya gejala sehingga membutuhkan kontrol yang optimal terhadap kepatuhan terhadap obat yang diresepkan agar mengurangi resiko penyakit kardiovaskular, serebrovaskular, dan ginjal (Robles & Macias, 2014). Pada pasien hipertensi yang menghentikan pengobatan yang tidak sesuai atau atas anjuran dokter dapat menyebabkan terjadinya komplikasi lain dari hipertensi seperti, gagal ginjal, stroke, dan gagal jantung (Wirmawanti & Baharuddin, 2018). Tujuan program pengobatan yang dijalankan oleh pasien hipertensi untuk menjauhi penyakit komplikasi lain yang disebabkan oleh

penyakit hipertensi, juga untuk mengontrol dan mempertahankan tekanan darah dibawah 140/90 mmHg. keparahan hipertensi disertai penyakit lain, biaya pengobatan, dan kualitas hidup yang berkaitan dengan pengobatan mempengaruhi keberhasilan dari pengobatan yang dijalankan (Brunner & Suddarth, 2013).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Self Efficacy Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi (n=42)

Self-Efficacy	Frekuensi	Persentase
Rendah	18	42,9 %
Tinggi	24	57,1 %
Total	42	100 %

Berdasarkan tabel 2 diatas sebagian besar responden memiliki self efficacy tinggi yaitu sebanyak 24 orang (57,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mulyana & Kencana, (2019) didapatkan hasil sebanyak 30 responden (60%) self-efficacy yang tinggi dan sebagian memiliki self-efficacy rendah yaitu sebanyak 20 responden (40%). Hasil penelitian lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan Okatiranti, Irawan, & Amelia, (2017) yaitu sebanyak 69 responden , sebanyak 35 responden (50.7%) self-efficacy tinggi dan sebanyak 34 (49,3%) memiliki self-efficacy rendah.

Pengalaman merupakan faktor yang mempengaruhi *self efficacy*. Pengalaman yang didapatkan dapat mempengaruhi self efficacy menjadi tinggi ataupun rendah. Self efficacy tinggi dikarenakan pengalaman yang diperoleh individu tersebut adalah baik, sebaliknya jika self efficacy individu tersebut rendah maka pengalaman sebelumnya mengalami kegagalan. Ketika pengalaman yang didapatkan baik maka akan meningkatkan motivasi individu tersebut sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatannya dengan cara melakukan perawatan diri yang baik (Bandura, 2009).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi (n=42)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Ringan	26	61,9%
Sedang	16	38,1%
Total	42	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas sebagian besar responden memiliki kecemasan ringan yaitu sebanyak 26 orang (61,9%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pertiwi (2017) pada 30 responden lansia hipertensi didapatkan sebanyak 19 responden (93,3%) dengan tingkat ansietas ringan, lalu sebanyak 8 responden (26,7%) dengan tingkat ansietas sedang dan 3 responden (10%) yang mengalami ansietas tingkat berat. Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian Laka, Widodo, & Rahayu H., (2018) yang dilakukan pada 36 responden lansia didapatkan hasil 18 responden (50%) mengalami kecemasan sedang, 13 responden (36,1%) mengalami kecemasan ringan, dan sebanyak 5 responden, (13,9%) mengalami tingkat kecemasan berat. Seseorang yang mengalami kecemasan yang sering terjadi pada lansia adalah takut terhadap kematian, khususnya lansia yang menderita penyakit kronis. Kekhawatiran yang terjadi pada pasien hipertensi dikarenakan hipertensi penyakit yang timbul secara tiba – tiba tanpa disertai tanda dan gejala. Rasa khawatir akan penyakit hipertensi adalah komplikasi

dan perubahan perilaku menyebabkan gangguan psikologis yang biasanya ditunjukkan dengan kecemasan (Andhiyani et al., 2015).

Tabel 4. Analisis Hubungan Self-Efficacy dengan Tingkat Kecemasan (n=42)

Self-Efficacy	Tingkat Kecemasan				Total	OR (95%CI)	P value
	Ringan		Sedang				
	n	%	n	%			
Rendah	7	38,9%	11	61,1%	18	100%	0,167 (0,043- 0,657)
Tinggi	19	79,2%	5	20,8%	24	100%	
Jumlah	26	61,9%	16	38,1%	42	100%	

Tabel 4 diatas menunjukkan dari 24 responden yang memiliki *self efficacy* tinggi, sebanyak 19 responden (79,2%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan 5 responden (20,8%) memiliki tingkat kecemasan sedang. 18 responden yang memiliki *self efficacy* rendah, 7 responden (38,9%) menunjukkan tingkat kecemasan ringan dan 11 responden (61,1%) menunjukkan tingkat kecemasan sedang. Hasil uji statistik diperoleh nilai P value = 0,019 (P value < 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti terdapat hubungan antara self efficacy dengan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di RW 03

Kecemasan dipengaruhi oleh berbagai hal antara lain tingkat maturitas, tipe kepribadian, ancaman eksternal individu, mekanisme koping dan tingkat kepercayaan diri. Kecemasan diakibatkan oleh pemahaman tentang keyakinan diri yang menggambarkan konsep diri, yang dimana jika konsep diri mereka negatif maka lapangan persepsi akan menyempit sehingga menyebabkan kecemasan (Stuart, 2016). Rasa khawatir terhadap penyakit hipertensi yang timbul secara tiba-tiba tanpa disertai tanda dan gejala dan dapat menimbulkan komplikasi dapat menimbulkan gangguan psikologis yaitu kecemasan (Andhiyani et al., 2015). Hipertensi secara signifikan dan sering tanpa gejala membutuhkan kontrol yang optimal terhadap kepatuhan terhadap obat yang diresepkan dan pola perilaku yang baik agar mengurangi resiko penyakit kardiovaskular, serebrovaskular, dan ginjal (Robles & Macias, 2014). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Ismail et al., 2015) pada lansia hipertensi di Malaysia yang mengungkapkan bahwa lansia hipertensi dengan stroke lima kali mempunyai kesempatan lebih tinggi mengalami kecemasan dibandingkan yang tidak dengan stroke.

Self-efficacy mempunyai peranan penting dalam mengubah perilaku seseorang untuk melakukan perubahan pola hidup, karena jika individu mempunyai self-efficacy yang baik maka akan mempengaruhi ketekunannya dalam mengubah pola hidupnya menjadi lebih baik (Bandura, 2009). Teori ini didukung oleh penelitian Warren-Findlow et al (2012) bahwa lebih dari 59% individu yang memiliki self-efficacy yang baik dapat mengontrol tekanan darahnya dengan baik dan pada penelitian (Son & Won, 2017) oleh sebab itu self-efficacy dapat mempengaruhi seseorang untuk meminum obat hipertensi secara rutin. Self-efficacy sangat mempengaruhi pengelolaan penyakit, bukan hanya proses pengambilan keputusan akan tetapi proses inisiasi dan pemeliharaan (Bandura, 2009). Sejalan dengan teori self - efficacy yaitu keyakinan diri, semakin tinggi tingkat self-efficacy maka akan mempengaruhi menguasai sesuatu dan hasil yang menguntungkan akan tetapi bagi yang memiliki self-efficacy rendah maka akan mempengaruhi tingkat keyakinan sehingga cenderung lebih mudah menyerah. Maka self-efficacy perlu ditingkatkan pada lansia dengan hipertensi agar dapat mengakibatkan lansia untuk mengubah pola hidupnya sehingga tekanan darahnya dapat terkontrol dengan baik (Farida & Susmadi, 2019).

lansia hipertensi dengan self-efficacy rendah merasa tidak yakin untuk mengatasi kecemasan sehingga kecemasan yang dirasakan lebih tinggi. Pada lansia hipertensi dengan self-efficacy tinggi merasa yakin untuk menyingkirkan problematikayang ada sehingga tingkat kecemasan yang dirasakan jauh lebih rendah. Lansia hipertensi dengan self-efficacy rendah mempunyai kecemasan yang ringan dan lansia hipertensi dengan self-efficacy tinggi mempunyai tingkat kecemasan sedang. Pengalaman yang terjadi pada diri seseorang dapat menyebabkan kecemasan apabila pengalaman yang lalu dirasakan negatif. Pengalaman negatif yang terjadi pada masa lalu sehingga mempengaruhi self-efficacy lansia dan akan menimbulkan kecemasan lebih tinggi pada lansia hipertensi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian enunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 26 orang (61,9%) dengan usia terbanyak pada katagori 60-74 tahun sebanyak 39 lansia (92,9%). Mayoritas responden mengalami hipertensi selama > 5 tahun yaitu sebanyak 30 lansia (71,4,6%). Sebagian besar responden tidak teratur minum obat hipertensi yaitu sebanyak 25 orang (59,5%), sebagian besar responden memiliki *self efficacy* tinggi yaitu sebanyak 24 orang (57,1%) sebagian besar responden memiliki kecemasan ringan yaitu sebanyak 26 orang (61,9%). Dari analisis hubungan *self-efficacy* dengan tingkat kecemasan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di RW 03 Kelurahan Rambutan $P\ value = 0,019$ ($P\ value < 0,05$).

Lansia diharapkan dapat memperbaiki pola perilaku untuk teratur minum obat hipertensi, dan rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah untuk mengontrol penyakit hipertensi. Selain itu keluarga sebagai sistim pendukung lebih meningkatkan keyakinan dirinya, membantu dan memantau lansia agar tetap melakukan pola perilaku yang baik untuk mengontrol tekanan darahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi yuwono, G., Ridwan, M., & Hanafi, Mo. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Kabupaten Magelang. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 12(Maret), 18942. <https://doi.org/10.18942/bunrui.01602-22>
- Andhiyani, A., Rusyana, D., Dwi, D., Kiswanti, E. D., & Ani, F. (2015). *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi*.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261-278.
- Bachri, S., Cholid, Z., & Rochim, A. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Berdasarkan Usia , Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi Di RSGM FKG Universitas Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 138-144. <https://doi.org/>
- Bandura, A. (2009). *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press.
- Dewi, K. S. P. (2018). Gambaran Kecemasan Pada Lanjut Usia (LANSIA) Hipertensi di Posbindu "Sumber Sehat" di Desa Kangkung Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak. *Naskah Publikasi*

Universitas Muhammadiyah Semarang, 7, 1–25.

- Farida, I., & Susmadi. (2019). *Pengaruh pelatihan efikasi diri tekanan darah lansia hipertensi*. 15(2), 139–144.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2017). *Teori - Teori Psikologi* (R. Kusumaningratri (ed.); 2nd ed.). Ar-Ruzz Media.
- Handayani, S. (2009). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia (Umur 60-74 tahun) di Panti Wredha Rindag Asih Ungaran. *Thesis Universitas Diponegoro*.
- Harvard Mental Health. (2009). Treating generalized anxiety disorder in the elderly. *Harvard Health Publishing*.
- Heningsih, Hapsari, H. I., & Istiningtyas, A. (2014). GAMBARAN TINGKAT ANSIETAS PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DARMA BAKTI KASIH SURAKARTA. *Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta*.
- Ismail, Z., Mohamad, M., Isa, M. R., Fadzil, M. A., Yassin, S. M., Ma, K. T., & Bin Abu Bakar, M. H. (2015). Factors associated with anxiety among elderly hypertensive in primary care setting. *Journal of Mental Health*, 24(1), 29–32. <https://doi.org/10.3109/09638237.2014.971148>
- Kalsum, U., & Widagdo, G. (2018). *HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WREDHA BUDI MULIA 2 CENKARENG JAKARTA BARAT TAHUN 2018*. 699.
- Kemenkes.RI. (2014). Pusdatin Hipertensi. *Infodatin, Hipertensi*, 1–7. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kemenkes RI. (2017). Analisis Lansia di Indonesia. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, 1–2. [www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin lansia 2016.pdf](http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin%20lansia%202016.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. In *Riset Kesehatan Dasar 2018* (pp. 182–183).
- Kholifah Nur, S. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik* (1st ed.). Pusdik SDM Kesehatan.
- Najihah, & Ramli, R. (2018). *Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi*. 1(1), 2013–2016.
- Nifatantya, B. Y. (2009). Tingkat kecemasan penderita hipertensi. *E-Journal*.
- Redjeki, G. S., & Tambunan, H. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia di Puskesmas Johar Baru II Jakarta. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*, 2(1), 83–90.
- Robles, N. R., & Macias, J. F. (2014). Hypertension in the Elderly. *Cardiovascular & Hematological Agents in Medicinal Chemistry (Formerly Current Medicinal Chemistry - Cardiovascular & Hematological Agents)*, 12(3), 136–145. <https://doi.org/10.2174/1871525713666150310112350>

- Santrock, J. W. (2002). *Life-span Development-Perkembangan Masa Hidup* (5th ed.). erlangga.
- Son, Y. J., & Won, M. H. (2017). Depression and medication adherence among older Korean patients with hypertension: Mediating role of self-efficacy. *International Journal of Nursing Practice*, 23(3), 1-8. <https://doi.org/10.1111/ijn.12525>
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa* (B. A. Keliat (ed.); Indonesia). ELSEVIER.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk Keperawatan*. EGC.
- Sunaryo, Wijayanti, R., Kuhu Marlyn, M., Sumedi, T., Widayanti Dwi, E., Sukrillah Agus, U., Riyadi, S., & Kuswati, A. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik* (P. Christian (ed.)). CV. ANDI OFFSET.
- Sutinah, S., & Maulani, M. (2017). Hubungan Pendidikan, Jenis Kelamin Dan Status Perkawinan Dengan Depresi Pada Lansia. *Jurnal Endurance*, 2(2), 209. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1931>
- UN DESA's Population Division. (2019). World Population Ageing 2019. In *United Nations*. <https://www.un.org/development/desa/en/news/population/our-world-is-growing-older.html>
- Valvre, M. M. (2012). *Foundation of Mental Health* (5th ed.). Elsevier.
- Warren-Findlow, 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. <https://doi.org/10.1007/s10900-011-9410-6>