

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN TINGKAT  
KECEMASAN PADA LANSIA YANG MENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA GAJAHAN COLOMADU**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Oleh:**

**Isnaini Faridatul Rahmawati**

**NIM S20120**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA**

**2024**

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN TINGKAT KECEMASAN  
PADA LANSIA YANG MENDERITA HIPERTENSI  
DI DESA GAJAHAN COLOMADU**

**Isnaini Faridatul Rahmawati <sup>1)</sup>, Sigit Yulianto <sup>2)</sup>, S. Dwi Sulisetyawati <sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma  
Husada Surakarta

<sup>2)3)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma  
Husada Surakarta

Email: [ifaridatulrahmawati@gmail.com](mailto:ifaridatulrahmawati@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Lansia cenderung menderita hipertensi karena pada usia tersebut banyak terjadi perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik. Keterbatasan fisik yang dialami oleh lansia terkadang mereka mengalami kecemasan karena proses penyakitnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu *self efficacy*, maka *self efficacy* perlu ditingkatkan agar dapat mempengaruhi lansia untuk mengubah pola hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi di Desa Gajahan Colomadu. Penelitian dengan metode kuantitatif dengan desain korelasional, pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dan didapatkan responden sebesar 38 responden, dan dianalisis menggunakan analisa data uji *Spearman Rank*. Hasil tingkat kecemasan dalam kategori ringan sebanyak 17 responden (44,7%) dan mayoritas memiliki *self efficacy* tinggi sebanyak 32 responden (84,2%). Hasil uji *Spearman Rank* didapatkan nilai *p value* 0,000 yang artinya terdapat hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi. Jadi, dapat disimpulkan terdapat hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi. Saran dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi pada lansia yang menderita hipertensi bahwa *self efficacy* sangat penting untuk menekan tingkat kecemasan.

**Kata kunci:** Lansia, Hipertensi, *Self efficacy*, Kecemasan

**Daftar Pustaka :** 75 (2014 – 2023)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND ANXIETY  
LEVELS IN ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION  
IN GAJAHAN COLOMADU VILLAGE**

Isnaini Faridatul Rahmawati <sup>1)</sup>, Sigit Yulianto<sup>2)</sup>, S. Dwi Sulisetyawati<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs,  
University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>2) 3)</sup> Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs,  
University of Kusuma Husada Surakarta

Email: [ifaridatulrahmawati@gmail.com](mailto:ifaridatulrahmawati@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Hypertension is an individual condition that experiences an elevated blood pressure above 140/90 mmHg. The elderly tend to suffer from hypertension due to physiological and psychological changes that affect physical health. Elderly people with physical limitations often feel anxious because of their illness. One of the influencing factors of anxiety is self-efficacy. Therefore, it is necessary to increase self-efficacy to encourage the elderly to change their lifestyle. The study aimed to determine the relationship between self-efficacy and anxiety levels in elderly people with hypertension in Gajahan Colomadu Village. The study employed a quantitative method with a correlational design. The sampling technique utilized non-probability sampling with 38 respondents. Data analysis operated the Spearman Rank test. The majority of respondents had mild anxiety levels with 17 respondents (44.7%) and the majority had high self-efficacy with 32 respondents (84.2%). The Spearman Rank test obtained a p-value of 0.000. It indicated a relationship between self-efficacy and anxiety levels in elderly people with hypertension. Therefore, it can be concluded that there is a relationship between self-efficacy and anxiety levels in the elderly with hypertension. We expect this study to provide additional information to elderly people with hypertension about the importance of self-efficacy in reducing anxiety levels.*

**Keywords:** Anxiety, Elderly, Hypertension, Self-efficacy

**Bibliography:** 75 (2014 – 2023)

Translated by Unit Pusat Bahasa UKH

Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

## PENDAHULUAN

Kecemasan adalah kekhawatiran terhadap sesuatu yang terjadi tanpa sebab yang jelas dan perasaan tidak menentu. Kecemasan semakin banyak terjadi pada seseorang, terutama pada lansia. Kecemasan pada lansia dapat dipengaruhi oleh masalah kesehatan yang dimilikinya, salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi pada lansia adalah hipertensi (Lani, 2021). Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg (Sari & Effendy, 2021). Ketika seseorang mengalami cemas, biasanya memicu reaksi fisik pada sistem tubuh manusia, sistem tubuh manusia yang paling rentan terhadap kecemasan adalah sistem kardiovaskular, dimana akan terjadi peningkatan suplai darah yang dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat (Fauziah & Triandari, 2023).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) 2018 hipertensi yang menyebabkan tingkat kecemasan sebesar 1 miliar jiwa. Menurut (Kemenkes, 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% atau kurang lebih 70 juta penduduk di Indonesia. Penduduk Provinsi Jawa Tengah prevalensi hipertensi sebanyak 37,6% (Riskesdas, 2018). Penduduk Kabupaten Karanganyar menduduki peringkat penyakit hipertensi tertinggi ke 20 yaitu sebesar 44,4% atau 30.164 jiwa (Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, 2018). Penyakit hipertensi di wilayah Kecamatan Colomadu yang menduduki peringkat penyakit hipertensi tertinggi ke 8 sebesar 1,831 jiwa (Fitira *et al.*, 2021).

Kelompok usia yang rentan mengalami hipertensi yaitu lansia. Lansia lebih cenderung menderita hipertensi karena pada usia tersebut banyak terjadi perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik (Lani, 2021). Keterbatasan fisik yang dialami oleh lansia terkadang mereka mengalami kecemasan karena berbagai penyakit yang diderita tidak kunjung sembuh bahkan

semakin memburuk, sehingga harapan untuk sembuh menjadi sedikit (Fil & Th, 2023). Mengalami kecemasan yang berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan dapat menyebabkan kerusakan organ jika tidak segera ditangani, karena menderita hipertensi merupakan sebuah masalah yang serius dan dapat menyebabkan kecacatan bahkan kematian, sehingga tingkat kecemasannya semakin meningkat (Sari & Effendy, 2021). Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan pada seseorang adalah *self efficacy*.

Menurut Bandura, *self efficacy* merupakan keyakinan diri individu terhadap kemampuannya untuk memecahkan permasalahan yang timbul dalam kehidupannya. Semakin tinggi tingkat *self efficacy* maka akan semakin mempengaruhi penguasaan sesuatu dan mencapai hasil yang menguntungkan. Namun, pada orang 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 (Tobing, 2022).

Berdasarkan permasalahan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan *Self Efficacy* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Gajahan Colomadu". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi di Desa Gajahan Colomadu.

## METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif. Bentuk penelitian kuantitatif ini menggunakan desain korelasional yang bertujuan untuk

mengkaji hubungan antara dua variabel atau lebih. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah *cross sectional* (Nursalam, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di Desa Gajahan Colomadu yaitu 60 orang. Besar sampel pada penelitian ini sebesar 38 responden yang telah dihitung menggunakan rumus *slovin*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling*, yaitu dengan *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik pemilihan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti, sehingga dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenali sebelumnya (Nursalam, 2016).

Penelitian ini dilakukan di Desa Gajahan Colomadu pada bulan Maret 2024. Penelitian ini dilakukan secara *door to door* selama 2 hari. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *spearman rank* untuk mencari hubungan dua variabel. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang diadopsi dari peneliti sebelumnya dan kuisisioner *General Self Efficacy Scale* (GSES) yang diadopsi dari penelitian (Adeca Delfani, 2022).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=38)

	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Median</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
<b>Usia</b>	66	5.570	65	50	76

Berdasarkan Tabel 1 diketahui karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) usia responden adalah 66 tahun ( $\pm$ SD = 5,570). Kategori usia paling rendah (*min*) adalah 50 tahun dan usia paling tinggi (*max*) 76 tahun.

Menurut Fajjurahman (2022) seiring bertambahnya usia, seseorang akan mengalami kelemahan, keterbatasan, dan ketidakmampuan dalam menjalankan kehidupan sehari-hari, serta terjadinya perubahan fisik dan perubahan psikososial. Permasalahan psikologis yang muncul pada seseorang dengan usia lanjut terjadi jika seseorang tidak mampu menyelesaikan masalah yang timbul pada saat proses menua dapat mengakibatkan kecemasan (Utami & Silvitasari, 2022). Kecemasan yang terjadi pada usia lanjut dapat disebabkan oleh kondisi penurunan fungsi tubuh baik secara biologis maupun psikologis (Ray, 2020).

Usia juga berpengaruh pada *self efficacy* seseorang. Seseorang dengan usia yang matang, memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan serta belum terjadinya proses berpikir akan cenderung memiliki *self efficacy* yang tinggi (Mulyana & Irawan, 2019). *Self efficacy* cenderung menurun seiring dengan proses menua. Penurunan *self efficacy* dapat terjadi pada lansia karena beberapa faktor seperti tinggal sendiri, permasalahan ekonomis, dan permasalahan psikologis (Anggreani *et al.*, 2020). Menurut Ezalina *et al.* (2023) lansia yang cenderung menyendiri dan menutup kegiatan dengan masyarakat akan merasa kesepian sehingga akan berdampak pada tingkat kepercayaan diri dan penurunan *self efficacy*.

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa usia memiliki hubungan pada *self efficacy* dan tingkat kecemasan seseorang. Lansia mengalami kecemasan akibat dari proses penurunan fungsi tubuh dan kemampuan berpikirnya, sehingga lansia mudah merasakan panik. Sedangkan penurunan *self efficacy* pada usia lanjut terjadi karena adanya permasalahan seperti kesepian akibat tinggal sendiri atau berpisah dengan pasangan dan merasa tidak mampu untuk mengatasi stress jika sedang menghadapi masalah. Hal tersebut berdampak pada

tingkat kepercayaan diri sehingga *self efficacy* dapat mengalami penurunan.

**Table 2.** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n=38)

Jenis kelamin	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Laki-laki	10	26,3
Perempuan	28	73,7
Total	38	100

Berdasarkan Tabel 2 jenis kelamin menunjukkan jumlah responden laki-laki sebanyak 10 orang (26,3%), dan responden perempuan sebanyak 28 orang (73,7%). Menurut Rindayati *et al.* (2020) jenis kelamin dapat mempengaruhi kecemasan pada seseorang termasuk juga pada lansia. Perempuan lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini karena perempuan mempunyai perbedaan hormonal pada laki-laki terhadap emosi yang lebih peka pada semua situasi, sehingga dapat mempengaruhi suasana hatinya dan meningkatkan tingkat kecemasan pada sesuatu (Papatungan *et al.*, 2019).

Jenis kelamin juga berpengaruh pada *self efficacy*. Menurut hasil penelitian Dewi & Dalimunthe (2022) dimana perempuan memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, karena perempuan memiliki kesempatan yang sama dengan laki-laki dalam berbagai hal termasuk pendidikan. Hal positif yang menjadi kelebihan wanita adalah cara mengisi waktu luang dengan hal-hal yang bermanfaat dalam menyelesaikan pekerjaan dan mampu mengendalikan diri. Hal tersebut berpengaruh pada *self efficacy* perempuan (Nurqadasi, 2019).

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan terhadap *self efficacy* dan tingkat kecemasan seseorang. Perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki karena faktor perbedaan hormonal dan kepekaan terhadap hal-hal sedih yang dialaminya. *Self efficacy* pada perempuan

cenderung lebih tinggi karena tidak adanya perbedaan hak antara laki-laki dan perempuan dalam hal pendidikan. Perempuan juga memiliki hal positif dalam bekerja seperti, lebih tekun dan lebih dapat memajemen waktu luang. Sehingga *self efficacy* pada perempuan cenderung baik.

**Tabel 3.** Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi (n=38)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Tidak cemas	3	7,9
Cemas ringan	17	44,7
Cemas sedang	12	31,6
Cemas berat	6	15,8
Cemas berat sekali/panik	0	0,0
Total	38	100,0

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan kategori ringan sebanyak 17 orang (44,7%). Responden yang tidak cemas 3 orang (7,9%), kategori cemas sedang (31,6%), kategori cemas berat 6 orang (15,8%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Utami & Silvitasari (2022) mengenai tingkat kecemasan lansia menunjukkan mayoritas responden penelitian memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 35 responden (52,2%). Kecemasan pada lansia yang tidak diperhatikan akan timbul masalah baru baik masalah fisik maupun psikis pada lansia (Nurfitri *et al.*, 2021). Tingkat kecemasan lansia dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi potensial stressor, maturitas, pendidikan, respon koping, status ekonomi, status kesehatan, tipe kepribadian, lingkungan dan situasi, dukungan sosial, usia dan jenis kelamin. Kemudian untuk faktor eksternal meliputi ancaman integritas serta ancaman sistem diri (Utami & Silvitasari, 2022).

Pengobatan hipertensi cenderung memerlukan waktu yang relatif lama dan terdapat komplikasi yang mengancam nyawa. Sehingga dapat menimbulkan

kekhawatiran dan ketakutan pada lansia yang memiliki koping diri kurang dan berdampak pada perasaan cemas (Kulsum, 2022). Aktivitas dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari lansia akan terganggu apabila perasaan cemas yang dirasakan semakin memburuk (Nurfitri *et al.*, 2021). Tingkat kecemasan lansia didasarkan oleh beberapa faktor seperti spiritualitas, dukungan orang lain dan koping adaptif pada lansia (Husna & Ariningtyas, 2020).

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang terjadi pada lansia disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor permasalahan yang sering terjadi pada proses menua seseorang dengan hipertensi dapat berdampak pada kecemasan karena kekhawatiran pada proses penyakitnya. Sehingga perlu adanya koping diri yang baik pada lansia untuk mencegah terjadinya kecemasan. Tingkat kecemasan yang dirasakan oleh lansia berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat menekan tingkat kecemasan seperti spiritualitas, dukungan orang lain dan koping adaptif pada lansia.

**Tabel 4.** *Self Efficacy* Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi (n=38)

<i>Self Efficacy</i>	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Rendah	6	15,8
Tinggi	32	84,2
Total	38	100,0

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan mayoritas responden memiliki *self efficacy* dalam kategori tinggi sebanyak 32 orang (84,2%). Sedangkan *self efficacy* kategori rendah sebanyak 6 orang (15,8%). Penelitian ini didukung dengan penelitian Ezalina *et al.* (2023) mengenai hubungan *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis lansia menunjukkan mayoritas lansia memiliki *self efficacy* tinggi sebanyak 52 responden (68,4%). Penelitian lain dari Mulyana & Irawan (2019) tentang *self efficacy* pada penderita hipertensi

menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat *self efficacy* tinggi sebanyak 30 orang (60%).

Menurut Mulyana & Irawan (2019) mengungkapkan bahwa seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi akan lebih cenderung mempunyai keyakinan dan kemampuan dalam mencapai keinginan sesuai dengan tujuan. *Self efficacy* berhubungan dengan pengetahuan individu, dimana pengetahuan yang semakin meningkat akan mengarah pada kemajuan berpikir tentang perilaku yang baik sehingga bisa berpengaruh terhadap manajemen kesehatan diri (Anggreani *et al.*, 2020). Secara tidak langsung semakin tinggi tingkat pendidikan maka tingkat *self efficacy* semakin tinggi. Lansia yang memiliki *self efficacy* yang baik dapat mendukung perawatan diri sendiri sehingga dapat mengantisipasi permasalahan yang terjadi selama proses menua (Ezalina *et al.*, 2023).

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* bergantung pada faktor individu seperti tugas dan peranan individu dalam masyarakat. *Self efficacy* yang baik akan berdampak pada manajemen kesehatan individu. Perilaku tersebut menunjukkan adanya upaya positif untuk mengatasi masalah kesehatan yang dialami. Oleh karena itu, ketika individu dalam proses adaptasi yang baik akan berdampak pada peningkatan kualitas koping dan kualitas kesehatan yang dimiliki, dimana individu dapat mengetahui apa saja yang diperlukan untuk keluar dari masalah yang dihadapi sehingga kualitas hidupnya dapat meningkat.

## B. Analisa Bivariat

**Tabel 5.** Hasil Uji *Spearman Rank* tentang hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi (n=38)

kecemasan	Self Efficacy				Total	
	Rendah		Tinggi		F	%
	F	%	F	%		
Tidak cemas	0	0,0	3	79	3	7,9
Cemas ringan	0	0,0	17	44,7	17	44,7
Cemas sedang	0	0,0	12	31,6	12	31,6
Cemas berat	6	15,8	0	0,00	6	15,8
Panik	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>15,8</b>	<b>32</b>	<b>84,2</b>	<b>38</b>	<b>00,0</b>
<b>Correlation Coefficient</b>				<b>-0,675</b>		
<b>P value</b>				<b>0,0000</b>		

Berdasarkan Tabel 5 hasil uji *spearman rank* didapatkan nilai *p value*  $0,000 < 0,05$ . Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi. Kekuatan hubungan kedua variabel ditunjukkan dengan nilai *correlation coefficient*  $-0,675$  dengan kekuatan kuat dan arah hubungan negatif atau semakin tinggi tingkat kecemasan responden maka semakin buruk *self efficacy* nya. Sehingga apabila dilihat dari tabel analisis di atas menunjukkan bahwa apabila *self efficacy* yang dimiliki responden meningkat maka akan berdampak pada tingkat kecemasan responden.

Proses penuaan pada lansia mempengaruhi perubahan fisik dan mental yang mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh sehingga mengakibatkan berbagai macam penyakit. Penyakit yang paling sering ditemukan pada lansia adalah hipertensi (Nurfitri *et al.*, 2021). Hipertensi merupakan penyakit yang berbahaya karena dapat menyebabkan kematian “*silent killer*” (Faijurahman, 2022). Sebagian besar lansia merasa ketakutan terhadap timbulnya penyakit yang lebih parah. Hal ini dapat memicu terjadinya kecemasan pada lansia.

Kecemasan yang tidak diatasi dapat memicu stress pada seseorang, dimana apabila kondisi tersebut tidak ditangani maka akan memperparah kondisi penyakit lansia seperti peningkatan tekanan darah. Salah satu faktor peningkatan tekanan darah adalah *stressor* dari dalam diri seseorang (Nurfitri *et al.*, 2021). Pengelolaan kecemasan perlu dilakukan sebagai upaya dalam mengurangi risiko komplikasi permasalahan pada lansia (Candrawati & Sukraandini, 2022). Tingkat kecemasan lansia disebabkan oleh beberapa faktor seperti spiritualitas, dukungan orang lain dan koping adaptif pada lansia (Husna & Ariningtyas, 2020). Tingkat spiritualitas pada lansia dapat memberikan *support emosional* yang positif sehingga dapat menekan kecemasan yang muncul (Sunarya & Sadiyah, 2022). Dukungan orang lain juga berdampak pada tingkat kecemasan hal ini berkaitan dengan kebebasan lansia untuk berbagi perasaan yang sedang ia rasakan, sehingga lansia lebih rileks dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Redjeki & Tambunan, 2019).

Koping diri yang adaptif dapat mengarahkan individu untuk menjaga diri dengan baik. Sehingga semakin adaptif mekanisme koping yang dimiliki lansia maka kecemasan lansia akan semakin rendah (Ayudytha *et al.*, 2021). Koping diri adaptif pada lansia biasanya berhubungan dengan *self efficacy*. Individu dengan *self efficacy* tinggi akan memperlihatkan sikap yang gigih, tidak cemas, dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal (Haziqatuzikra & Nio, 2019). Lansia dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan perawatan diri. Sehingga lansia lebih dapat mengetahui upaya manajemen kesehatannya seperti diet rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, dan monitoring berat badan (Mulyana & Irawan, 2019).

Dari analisis di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* yang dimiliki lansia meningkat maka akan

berdampak pada tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi. Kecemasan pada lansia terjadi akibat kekhawatiran terhadap kondisi kesehatannya yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti, mudah merasa panik, merasa pusing, dan proses pengobatannya yang relatif lama. Sehingga lansia perlu adanya coping diri yang baik pada dirinya agar dapat mempengaruhi kualitas hidupnya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

1. Hasil karakteristik usia, rata-rata responden berusia 66 tahun. Kategori usia paling rendah (*min*) adalah 50 tahun dan usia paling tinggi (*max*) 76 tahun. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan sejumlah 28 responden (73,7%).
2. Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan yang dialami responden paling banyak adalah responden merasa cemas dalam kategori ringan sebanyak 17 orang (44,7%).
3. Karakteristik responden berdasarkan *self efficacy* responden menunjukkan mayoritas responden memiliki *self efficacy* dalam kategori tinggi sebanyak 32 orang (84,2%).
4. Terdapat hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi dengan *p value* 0,000.

### B. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian  
Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi pada lansia yang menderita hipertensi bahwa *self efficacy* sangat penting untuk mengontrol kecemasan sehingga dapat berdampak pada lansia dan dapat menurunkan kecemasan pada penyakit hipertensi.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan penelitian yang telah dilakukan dapat memberikan

kontribusi dan menambah ilmu yang baik seperti menambah wawasan dan mengatasi kecemasan pada penderita hipertensi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan oleh peneliti lain supaya dapat melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan dimasyarakat terutama pada lansia dengan hipertensi

### 4. Bagi Lansia Hipertensi di Desa Gajahan Colomadu

Diharapkan lansia hipertensi yang berada di Desa Gajahan Colomadu dapat meningkatkan *self efficacy* supaya dapat menurunkan kecemasan pada penyakit hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ayudytha, A. U., Hamid, A., & Waruwu, A. (2021). Hubungan Mekanisme Coping Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. *Health Care : Jurnal Kesehatan, 10*(2), 353–358.
- Anggreani, F., Untari, E. K., & Yuswar, M. A. (2020). *Gambaran Keyakinan Diri (Self-Efficacy) Pada Pasien Lansia Yang Menggunakan Antihipertensi Di Kota Pontianak Tahun 2020*. Universitas Tanjungpura.
- Adeca Delfani. (2022). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Siwalankerto*.
- Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ), 11*(2), 348–355.
- Dewi, S. S., & Dalimunthe, H. A. (2022). Perbedaan Efikasi Diri Guru Ditinjau dari Jenis Kelamin pada SMA X Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K), 3*(3), 169–174.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar.

- (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Karanganyar. Karanganyar.*
- Ezalina, E., Alfianur, A., & Dendi, D. (2023). Self Efficacy terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 37–43.
- Faijurahman, A. N. (2022). Gambaran Kecemasan Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 479–486.
- Fauziah, E., & Triandari, L. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Tekanan Darah Pada Karyawan Swasta Dengan Hipertensi. 1(1), 5–11.
- Fil, S., & Th, M. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Self Management Hipertensi Pada Lansia Di Pustu Perak. 1(1), 7–13.
- Fitira, C. N., Anggraini, M. P., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Grade I. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 19(1), 24.
- Haziqatuzikra, & Nio, S. R. (2019). Hubungan self-efficacy dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswaKPI UINIB Padang. Universitas Negeri Padang.
- Husna, F., & Ariningtyas, N. (2020). Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Depression Anxiety Stress Scale 42 (Dass 42) Di Posyandu Lansia Mekar Raharja Dusun Lemah Dadi Bangunjiwo, Kasihan Bantul. Akademi Kebidanan Nyai Ahmad Dahlan Yogyakarta.
- Kemenkes. (2018). *Hipertensi Pembunuh Diam-Diam.*
- Kulsum, U. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Bangetayu Semarang. Universitas Islam Sultan Agung.
- Lani, T. (2021). Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Berdasarkan Pengetahuan Di Wilayah Puskesmas Simpung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 97–100. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i2.32>
- Mulyana, H., & Irawan, E. (2019). Gambaran Self Efficacy Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 15(1).
- Nurfitri, Safruddin, & Asfar, A. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Jumpandang Baru. *Window Of Nursing Journal*, 02(02), 139–148.
- Nurqadasi, S. (2019). Analisis Perbandingan Self Efficacy Dan Perilaku Individu Berdasarkan Gender Pada Bank Negara Indonesia (Bni) Kantor Cabang Mattoangin Kota Makassar (Issue 90200115001). Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Nursalam. (2014). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. In Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4th ed.). Jakarta. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*, 454.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis. Salemba Medika.*
- Paputungan, F. F., Gunawan, P. N., Pangemanan, D. H. C., & Khoman, J. A. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin pada Tindakan Penumpatan Gigi. *Jurnal E-Clinic (ECl)*, 7(2), 71–76.
- Ray, R. A. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Tahun 2020. Politeknik Kesehatan Kemenkes Meda.
- Redjeki, G. S., & Tambunan, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru Ii Jakarta. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 2(1), 83–92.

- Rindayati, Nasir, A., & Astriani, Y. (2020). Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 95–101.
- Riskesmas. (2018). Laporan Provinsi Bengkulu Riset Kesehatan Dasar 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018, 1–527.
- Sari, S. M., & Effendy, H. V. (2021). Pengaruh Pemberian Rendaman Air Jahe pada Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Journal of Ners Community*, 12(01), 34–42.
- Sunarya, U., & Sadiyah, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Menghadapi Kematian Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Situ. *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(1), 57–63.
- Tobing, D. L. (2022). Hubungan Self-Efficacy Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(2), 76–84.  
<https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i2.105>
- Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat Kecemasan Berhubungan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(3), 144–152.
- WHO Health Organization. (2018). *Hipertensi Paling Banyak Di Idap Masyarakat*.