

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN HIPERTENSI *GRADE I*

Munirah Olpah, Muhammad Riduansyah*, Onieqe Ayu Dhea Manto
Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Fakultas Kesehatan,
Universitas Sari Mulia Banjarmasin, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan
*) *E-mail*: riduan21.mr@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering ditemukan di Indonesia. Diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Efikasi diri dalam kepatuhan dipengaruhi adanya interaksi yang kompleks dari individu dan lingkungan sekitarnya. **Tujuan penelitian:** Mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak. **Metode:** Desain deskriptif korelasi dengan *cross sectional*. Sampel ialah pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak berjumlah 92 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner efikasi diri dan kepatuhan diet yang telah valid dan reliabel. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan efikasi diri pada kategori tinggi 59,79% dan kepatuhan diet pada kategori patuh 71,74%. Analisis data menggunakan uji *chi-square* didapatkan signifikansi *p-value* 0,032. **Diskusi:** Efikasi diri membuat seseorang berpotensi untuk berperilaku sehat dan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet penting dalam mengontrol tekanan darah. **Kesimpulan:** Diharapkan perawat memberikan edukasi kepada pasien sebagai *care provider*, *educator*, dan *health promotor* sehingga meningkatkan pengetahuan pasien dan membentuk sikap positif untuk meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* dalam mengontrol pola diet yang dianjurkan. Dengan demikian, pasien dapat melakukan asuhan hipertensi secara mandiri dan mencegah komplikasi.

Kata Kunci: efikasi diri, hipertensi *grade I*, kepatuhan diet

Correlation Between Self-Efficacy and Dietary Adherence in Patients with Grade I Hypertension

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that is often found in Indonesia. It is estimated that in 2025, there will be 1.5 billion people affected by hypertension, and 9.4 million people will die from hypertension and complications yearly. The complex interaction of individuals and the surrounding environment influences self-efficacy in adherence. Objective: To identify the correlation between self-efficacy and dietary adherence in patients with grade I hypertension at the Sungai Turak Public Health Center. Methods: This research employed descriptive correlation design with cross-sectional. The samples were patients with grade I hypertension at the Sungai Turak Health Center, numbering 92. They were taken using purposive sampling. Data were collected using a valid and reliable self-efficacy and dietary adherence questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test. Results: The results showed that self-efficacy was high by 59.79%, and dietary adherence was adherent by 71.74%. The data analysis using the chi-square test indicated a significant p-value of 0.032. Discussion: Self-efficacy made a person potential to have healthy behavior, and patient adherence to the diet was important in controlling blood pressure. Conclusion: It is expected that nurses educate patients as care providers, educators, and health promoters to increase patient knowledge and take a positive attitude to increase self-efficacy and dietary adherence in patients with grade I hypertension in controlling the recommended dietary pattern. Therefore, patients can take hypertension care independently and prevent complications.

Keywords: *self-efficacy, grade I hypertension, dietary adherence*

LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) memprediksi sejak tahun 2015 bahwa 1 dari 4 laki-laki dan 1 dari 5 perempuan menderita hipertensi dan diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Purwono dkk., 2020; WHO, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018 dan menempati peringkat pertama penyakit tidak menular (PTM), yaitu sebanyak 185.857 kasus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia/Kemenkes RI, 2018). *Angka kejadian hipertensi pada penduduk Provinsi Kalimantan Selatan yang berusia di atas 18 tahun adalah 44,13% dan merupakan yang tertinggi di Indonesia* (Kemenkes RI, 2018).

Kabupaten Hulu Sungai Utara menempati urutan ke-3 dengan penyakit hipertensi tertinggi se-Kalimantan Selatan, yaitu sebesar 34,1% yang didapatkan dari pengukuran tekanan darah (Nor'alia, Lestari & Rachmawati, 2019). Data dari Puskesmas Sungai Turak, Kabupaten Hulu Sungai Utara menunjukkan kunjungan pasien dengan hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 1.798, tahun 2019 sebanyak 2.445 kunjungan, dan tahun 2020 sebanyak 1.247 kunjungan. Angka tersebut menunjukkan hipertensi penyakit tertinggi pertama di Puskesmas Sungai Turak (Data Medik Puskesmas Sungai Turak, 2021).

Hipertensi akan menjadi lebih berbahaya ketika penderita tidak mengontrolnya. Jika terjadi dalam waktu yang lama, hipertensi akan menyebabkan komplikasi penyakit, seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, stroke, maupun gangguan penglihatan (Anshari, 2020; Imelda, Fidriarani, & Puspita, 2020). Hipertensi dapat dicegah dan dikontrol dengan cara mengatur diet yang tepat (Martini, Maria, & Mawaddah, 2019). Namun, faktanya saat ini masih banyak pasien hipertensi yang

belum patuh terhadap diet hipertensi (Puspita, Ernawati, & Rismawan, 2019).

Adiyasa dan Cruz (2020) menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko komplikasi, di antaranya hipertofi ventrikel kiri, gagal jantung, aterosklerosis, gagal ginjal, retinopati, dan stroke karena peningkatan kebutuhan jantung dan pembuluh darah sistem arteri. Hipertensi dengan komplikasi dapat memengaruhi kualitas hidup. Pada penelitian Khoirunnisa dan Akhmad (2019), penderita hipertensi dengan komplikasi memiliki kualitas hidup yang rendah. Pendapat tersebut searah dengan penelitian oleh Wahyuni dan Lubis (2018) yang mengatakan bahwa kualitas hidup seseorang yang mengalami hipertensi itu rendah.

Hasil penelitian Susanti, Murtaqib, dan Kushariyadi (2020) menjelaskan bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang, akan membuat individu semakin yakin dengan penyakit yang dideritanya. Setelah melakukan pengobatan, individu semakin terkontrol dan akan sembuh. Efikasi diri yang baik akan meningkatkan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari serta meningkatkan kesehatan, kesejahteraan, dan kepercayaan diri. Penderita hipertensi harus memiliki keyakinan diri terhadap kondisinya. Efikasi diri dibutuhkan penderita hipertensi untuk meningkatkan kesehatannya (Okatiranti, Irawan, & Amelia, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Amila, Sinaga, dan Sembiring (2018) di Kota Medan, mayoritas responden yang memiliki efikasi diri yang tinggi juga melakukan gaya hidup sehat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi dapat memengaruhi gaya hidup sehat pada pasien yang menderita penyakit hipertensi.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 2 Juli 2021 dengan cara wawancara kepada 6 pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak. Hipertensi *grade I* dapat diketahui dari tekanan sistolik 140–159

mmHg dan tekanan darah diastolik 90–99 mmHg. Mereka mengatakan dengan yakin bahwa hipertensi yang dideritanya akan sembuh jika menerapkan efikasi diri, yaitu patuh pada diet yang dianjurkan. Dua pasien yang memiliki tekanan darah 140/90 mmHg dan 150/90 mmHg mengatakan dengan yakin bahwa tekanan darahnya dapat dikendalikan, tetapi mereka kurang bisa menghindari makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah. Dua pasien lainnya yang memiliki tekanan darah 150/90 mmHg mengatakan tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk merokok dan minum kopi serta makan makanan yang berlemak, tetapi rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah. Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi *Grade* I di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara”.

METODE

Desain penelitian ini ialah deskriptif kolerasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini ialah pasien yang menderita hipertensi *grade* I di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara pada bulan September–November 2021 berjumlah 92 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusinya ialah pasien hipertensi *grade* I yang ditetapkan berdasarkan hasil diagnosis medis yang diperoleh dari rekam medis, yaitu 140–159 mmHg untuk tekanan darah sistolik, 90–99 mmHg untuk tekanan darah diastolik, dan mendapatkan pengobatan antihipertensi seperti amlodipin. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini ialah pasien yang mengalami gangguan bicara dan pendengaran. Penelitian ini telah lolos uji etik dan telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Universitas Sari Mulia No.001/KEP-UNISM/I/2022. Data karakteristik usia dalam penelitian ini dikategorikan menjadi dewasa awal 26–35 tahun sampai lansia akhir,

yaitu 56–65 tahun. Pertimbangan peneliti adalah terjadi peningkatan hipertensi pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas dan ada peningkatan yang signifikan pada pasien berusia 60 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2018).

Pengumpulan data menggunakan kuesioner efikasi diri yang dikembangkan dari kuesioner Irawan, Rahayuwati, dan Yani (2017) yang terdiri atas 10 pernyataan yang terdiri atas pertanyaan positif dengan nilai yakin 1, tidak yakin 0 serta pertanyaan negatif yakin 0, sedangkan tidak yakin 1. Efikasi diri dikategorikan tinggi apabila skor $\geq 50\%$, dikategorikan rendah apabila skor $< 50\%$. Kuesioner sudah tervalidasi dengan nilai $r_{hitung} 0,492-0,560 > r_{tabel} (0,444)$, serta koefisien reliabilitas dengan nilai $r_{hitung} 0,707 > 0,7$.

Kuesioner kepatuhan diet dari Setianingsih (2017) yang dimodifikasi terdiri atas 12 *item* pernyataan dengan jawaban pada pernyataan positif: Ya = 1 dan Tidak = 0 dan jawaban pada pernyataan negatif: Ya = 0 dan Tidak = 1. Patuh apabila skor $\geq 50\%$, tidak patuh apabila skor $< 50\%$. Kuesioner kepatuhan diet sudah tervalidasi dengan nilai $r_{hitung} 0,483-0,728 > r_{tabel} (0,444)$ serta koefisien reliabilitas dengan nilai $r_{hitung} 0,841 > 0,7$.

Analisis data penelitian menggunakan univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi pada karakteristik masing-masing variabel penelitian. Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade* I menggunakan uji statistik *chi-square* dengan tingkat kemaknaan $p-value < \alpha (0,05)$.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan usia responden yang paling banyak ialah usia lansia awal (46–55 tahun) sebanyak 50 orang (54,3%). Jenis kelamin responden yang paling banyak ialah laki-laki sebanyak 49 orang (53,3%). Status perkawinan responden yang

paling banyak ialah menikah sebanyak 67 orang (72,8%). Pendidikan terakhir responden yang paling banyak ialah tingkat SMA sebanyak 34 orang (37,0%). Pekerjaan responden yang paling banyak ialah wiraswasta sebanyak 36 orang (39,1%). Karakteristik responden selengkapnya ditampilkan pada Tabel 1.

Dari Tabel 2 diketahui bahwa efikasi diri responden yang tinggi sebanyak 59,78% dan yang memiliki kepatuhan diet yang patuh sebanyak 71,74%. Hasil uji statistik untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* menunjukkan *p-value* $0,032 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas

Sungai Turak.

DISKUSI

Efikasi Diri pada Pasien Hipertensi *Grade I* di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak responden memiliki efikasi diri tinggi (59,78%). Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Puspita, Ernawati, dan Rismawan, (2019) yang meneliti hubungan antara efikasi diri dengan kuesioner yang berbeda pada kepatuhan diet penderita hipertensi. Hasil penelitian terhadap 155 orang tersebut menunjukkan lebih dari separuh

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik dan kategori pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak (n=92)

Karakteristik dan Kategori	n	%
Usia		
26–35 tahun	4	4,4
36–45 tahun	34	36,9
46–55 tahun	50	54,3
56–65 tahun	4	4,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	49	53,3
Perempuan	43	46,7
Status Perkawinan		
Menikah	67	72,8
Tidak Menikah	7	7,6
Duda	8	8,7
Janda	10	10,9
Pendidikan Terakhir		
SD	7	7,6
SMP	30	32,6
SMA	34	37,0
Perguruan tinggi	21	22,8
Pekerjaan		
Tidak bekerja	4	4,3
Wiraswasta	36	39,1
PNS	18	19,6
Pensiunan	2	2,2
Lainnya	32	34,8
Efikasi		
Tinggi	55	59,78
Rendah	37	40,22
Kepatuhan Diet		
Patuh	66	71,74
Tidak Patuh	26	28,26

Tabel 2. Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak Kab. HSU (n=92)

Efikasi Diri	Kepatuhan Diet		Total	X ²	P-Value
	Patuh	Tidak Patuh			
Tinggi	44 (47,8%)	11 (12%)	55 (59,8%)	4,603	0,032
Rendah	22 (23,9%)	15 (16,3%)	37 (40,2%)		
Total	66 (71,7%)	26 (28,3%)	92 (100%)		

partisipan memiliki efikasi diri yang tinggi sebanyak 95 orang (61,3%) dan selebihnya memiliki efikasi diri rendah sebanyak 60 orang (38,7%).

Hasil penelitian ini mendukung pendapat Rasdiyanah, Rahmatia dan Syisnawati (2022) tentang meyakini bahwa setiap cobaan yang diberikan Allah kepada kita sesuai dengan kadar kemampuan masing-masing. Jika kita merasa tidak sanggup menghadapi ujian yang kita alami, hal tersebut merupakan sinyal bahwa kita harus meningkatkan kualitas diri kita. Bukan ujiannya yang terlalu berat, tetapi diri kita sendiri yang selalu merasa lemah. Manusia harus mengubah perilaku menjadi lebih baik dan tidak mengeluh sehingga bisa mengambil tindakan untuk memperbaiki diri serta mencari solusi serta yakin bahwa ia bisa melakukannya.

Okatiranti, Irawan, dan Amelia (2017) menjelaskan bahwa tingginya efikasi diri pada individu tidak lepas dari faktor-faktor yang memengaruhinya. Tinggi rendah efikasi diri berbeda-beda pada setiap orang. Hal ini disebabkan ada beberapa faktor yang memengaruhi persepsi kemampuan pada individu. Proses pembentukan efikasi dilakukan melalui proses kognitif, motivasional, afektif, dan seleksi sepanjang kehidupan. Teori efikasi diri didasarkan pada harapan seseorang yang berkaitan dengan rangkaian tindakan tertentu (Jannah, 2017).

Efikasi diri membuat seseorang berpotensi untuk berperilaku sehat. Orang yang tidak yakin

dapat melakukan sesuatu yang mendukung perilaku kesehatannya akan cenderung enggan untuk mencoba. Efikasi diri yang tinggi pada responden akan memengaruhi pasien untuk berperilaku dan berkomitmen sehingga dengan efikasi diri, tujuan mengubah perilaku yang diinginkan dapat tercapai. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki harapan yang tinggi terhadap keberhasilan pencapaian tujuan, sedangkan individu dengan efikasi diri rendah memiliki keraguan dalam mencapai tujuannya (Rizqah, Basri, & Rahmatia, 2018).

Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi *Grade I* di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan diet responden pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara sebagian besar mematuhi anjuran diet yang diberikan. Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Rahmatika (2019) yang meneliti hubungan antara dukungan emosional dengan kepatuhan diet pada lansia penderita hipertensi, dimana hasil penelitian dengan 37 partisipan menunjukkan kepatuhan diet, kelompok patuh sebanyak 26 orang (70,3%) dan tidak patuh sebanyak 11 orang (29,7%).

Hasil penelitian ini mendukung pendapat Ulfah, Elasari, dan Santoso (2021) bahwa kepatuhan diet seseorang dilihat dari jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan

pasien. Jumlah makanan yang dikonsumsi pasien, jenis makanan yang dikonsumsi pasien, dan jadwal makan pasien sesuai dengan ketentuan petugas kesehatan maka dapat dikatakan pasien patuh terhadap pola makan. Sebaliknya, jika pasien tidak mengatur jumlah makanan yang dikonsumsi, tidak memilih jenis makanan yang dikonsumsi, dan jadwal makannya tidak teratur menurut petugas kesehatan, dapat dikatakan pasien kurang patuh dalam diet. Hal ini sejalan dengan pendapat Ramayani (2020) bahwa kepatuhan adalah perilaku seseorang dalam menaati atau mengikuti aturan minum obat, mematuhi pola makan, mengontrol kesehatan, dan melakukan perubahan gaya hidup sesuai anjuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Seseorang dengan efikasi diri tinggi juga akan meningkatkan kemampuan dalam melakukan pengobatan, diet rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, dan *monitoring* berat badan dengan baik sesuai dengan harapan. Sebaliknya, seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan memiliki keyakinan bahwa ia tidak mampu melakukan sesuatu yang diharapkan (Rasdiyanah, Rahmatia, & Syisnawati, 2022).

Peneliti menyimpulkan bahwa kepatuhan pasien dalam menjalankan diet hipertensi berperan penting dalam mengontrol tekanan darah. Sementara itu, kepatuhan merupakan hal yang penting untuk dapat mengembangkan kebiasaan yang dapat membantu pasien mengikuti jadwal diet. Hal ini kadang sulit dilakukan oleh pasien karena diperlukan waktu dan kesempatan untuk menyesuaikan diri.

Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi *Grade I* di Puskesmas Sungai Turak Kabupaten Hulu Sungai Utara

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara efikasi diri dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade I* di Puskesmas

Sungai Turak. Rasdiyanah, Rahmatia dan Syisnawati (2022) dalam penelitiannya berpendapat bahwa efikasi diri klien hipertensi di Desa Pacellekang sudah menunjukkan keyakinan yang baik. Keyakinan yang dimiliki seseorang akan memengaruhi pola hidup seseorang, seperti melakukan aktivitas fisik secara rutin, diet sehat dengan mengurangi makan siap saji dan tinggi lemak, mengurangi konsumsi garam, mengecek tekanan darah, patuh minum obat, serta mampu melakukan manajemen stres. Efikasi diri juga diartikan sebagai kemampuan seseorang melakukan penilaian diri sendiri terhadap kompetensi yang dimilikinya untuk berhasil dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu. Efikasi diri merupakan *generative capability*, yakni semua potensi kognitif, sosial, emosional, dan perilaku harus dikelola untuk mencapai tujuan tertentu (Erlina, 2020).

Tingkat kepatuhan adalah sikap yang ditunjukkan oleh penderita hipertensi *grade I* untuk mematuhi diet yang harus dijalani. Widiyany (2017) berpendapat bahwa kepatuhan (*adherence*) diartikan sebagai tingkat perilaku seseorang yang mendapat pengobatan, mengikuti pola makan, dan menerapkan perubahan gaya hidup sesuai dengan anjuran pelayanan kesehatan. Ketidakepatuhan pasien akan berdampak terhadap berbagai aspek perawatan pasien sehingga peneliti membuat kategori patuh jika pasien melaksanakan diet makanan yang dianjurkan sesuai jumlah, jadwal, dan jenisnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat, efikasi diri responden dengan kepatuhan diet tinggi sebanyak 44 orang (47,8%) dan efikasi diri responden yang rendah sebanyak 22 orang (23,9%). Efikasi diri merupakan prediktor utama dari perilaku yang dapat memengaruhi dimulainya tugas, jumlah usaha yang dikeluarkan dalam melaksanakan tugas, dan lamanya waktu orang tersebut akan memenuhi tugas (Jannah, 2017). Efikasi diri penderita

hipertensi berhubungan positif dengan perilaku diet hipertensi yang dilakukan sehari-hari. Dengan demikian, efikasi diri yang baik akan menunjukkan perilaku diet yang baik pula (Puspita, Ernawati, & Rismawan, 2019). Jika pasien yakin dengan mengontrol hipertensinya, ia akan mampu mengontrol kondisinya agar tetap stabil dan merasa memiliki kemampuan untuk mengikuti program diet hipertensi (Rahman, Yulia, & Sukarmini, 2017). Efikasi diri dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku individu ketika melakukan aktivitasnya, terutama dalam menjalani diet hipertensi. Dengan demikian, efikasi diri dapat mendukung seseorang untuk melakukan tindakan yang ingin dicapainya.

Kepatuhan individu mengacu pada kemampuan untuk mempertahankan program promosi kesehatan yang sangat ditentukan oleh penyedia layanan. Ketidakepatuhan menurut Puspita, Ernawati, dan Rismawan (2019) terjadi ketika instruksi tidak dipahami, interaksi dengan petugas kesehatan buruk, dukungan keluarga kurang, atau kepercayaan dan kepribadian individu kurang.

Beberapa teori menjelaskan bahwa ketidakepatuhan dapat berhubungan dengan keyakinan pasien tentang penyakitnya dan kepatuhan diet berhubungan dengan perubahan pola makan. Sementara itu, efikasi diri dapat dilihat dari dimensi *verbal persuasion*, yakni bahwa informasi tentang kemampuan yang disampaikan secara verbal oleh seseorang yang berpengaruh biasanya digunakan untuk meyakinkan seseorang. Kemudian, dimensi *mastery experience* melihat bahwa keberhasilan yang diperoleh akan meningkatkan efikasi diri seseorang, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi dirinya (Ariesti & Pradikatama, 2019).

Hasil penelitian lain yang sejalan dari Jannah (2017) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada

lansia penderita hipertensi di Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember. Demikian juga hasil penelitian dari Puspita, Ernawati, dan Rismawan (2019) yang melaporkan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan diet hipertensi pada pasien tekanan darah tinggi di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Hasil analisis selanjutnya menunjukkan *odds ratio* (OR) sebesar 2,296 yang berarti bahwa pasien hipertensi dengan efikasi diri tinggi 2,296 kali lebih mungkin memiliki kepatuhan diet hipertensi yang baik daripada dengan efikasi diri rendah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan responden mempunyai efikasi diri yang tinggi sebanyak 55 orang (59,78%) dan sebagian besar kepatuhan diet dalam kategori patuh sebanyak 66 orang (71,74%). Terdapat hubungan antara efikasi diri dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade* I di Puskesmas Sungai Turak, Kabupaten Hulu Sungai Utara dengan nilai *p-value* $0,032 < 0,05$. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bagian dari program puskesmas untuk menurunkan angka prevalensi hipertensi *grade* I dengan menggunakan poster efikasi diri yang melibatkan para kader dan tokoh masyarakat yang ada di wilayah puskesmas.

Peneliti selanjutnya diharapkan meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan diet pada pasien hipertensi *grade* I seperti *self management*, dukungan keluarga, faktor sosial budaya, dan faktor lainnya, juga menggunakan metode wawancara terstruktur dan dalam waktu yang lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, R. P., & Cruz, B. G. M. (2020). The Correlation Between Self-Care Behavior and The Self-Efficacy of Hypertensive Adults. *Jurnal INJEC*, 5(1): 44–50.

- Amila, A., Sinaga, J., Sembiring, E. (2018). Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(3): 360-365.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi dalam Kaitannya dengan Pengetahuan Pasien terhadap Hipertensi dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2): 44–51.
- Ariesti, E. & Pradikatama, P. Y. (2018). Hubungan *Self Efficacy* dengan Tingkat Kepatuhan Pengobatan Hipertensi di Puskesmas Bareng Kota Malang. *Jurnal keperawatan Malang (JKM)*, 3(1): 39-44.
- Data Medik. (2021). *Dokumen Laporan Bulanan Data Medik Puskesmas Sungai Turak*. Tidak dipublikasikan.
- Erlina, L. (2020). *Efikasi Diri dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Imelda, Fidriani, S. F., & Puspita, P. T. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2): 68–77.
- Irawan, A., Rahayuwati, L. & Yani, D. I. (2017). Analysis Of The Factors That Have Influence On Tuberculosis (Tb) Patients' Self Efficacy And Medical Behavior In Garut Regency. *Advances in Health Science Research*, 6: 625-632. <https://doi.org/10.2991/smichs-17.2017.79>
- Jannah, M. Z. (2017). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember* [Undergraduate thesis]. Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jawa Timur, Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khoirunnisa, S. M., & Akhmad, A. D. (2019). Quality of life of patients with hypertension in primary health care in Bandar Lampung. *Indonesian Journal of Pharmacy*, 30(4): 309–315.
- Martini, N. S., Maria, I., & Mawaddah, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Astambul. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 4(2): 114–119. <https://doi.org/10.51143/jksi.v4i2.189>
- Nor'alia, Lestari, D. R., & Rachmawati, K. (2019). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa di Desa Sapala Kecamatan Paminggir Kabupaten Hulu Sungai Utara. *Nerspedia*, 2(1): 77 – 86.
- Okatiranti, Irawan, E. & Amelia, F. (2017). Hubungan *Self Efficacy* Dengan Perawatan Diri Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2): 130-139.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1): 531 – 542.
- Puspita, T., Ernawati, & Rismawan, D. (2019). Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(1): 32–41.
- Rahmatika, D. (2019). Hubungan antara Dukungan Emosional dengan Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi. *The Indonesian Journal & Public Health*, 14(2): 252–262.
- Rahman, H. F., Yulia, & Sukarmini, L. (2017). Efikasi Diri, Kepatuhan, dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes melitus tipe 2 (Self efficacy, adherence,

- and quality of life of patients with type 2 diabetes). *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5: 108–113.
- Ramayani, R. (2020). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) dalam Diet Nutrisi: Literatur Review* [Tugas Akhir]. Program Studi Diploma III, Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia.
- Rasdiyanah, Rahmatia, E., & Syisnawati (2022). Hubungan Efikasi Diri dengan Perilaku Manajemen Hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15(2): 320-332
- Rizqah, S. F., Basri, H. M., & Rahmatia. St. (2018). Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet 3J pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mandai Kabupaten Maros. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(5): 586 – 591.
- Setianingsih, D. R. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia* [Undergraduate thesis]. Program Studi S1 keperawatan, STIKES ICME Jombang, Jawa Timur, Indonesia.
- Susanti, L., Murtaqib, M., & Kushariyadi, K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Silo Jember. *Pustaka Kesehatan*, 8(1): 17.
- Ulfah, W., Elasari, Y., Santoso, B. R. (2021). Pelaksanaan Discharge Planning dengan Tingkat Kepatuhan Diet pada Pasien CKD ON HD di Ruang Hemodialisis RSUD Pambalah Batung Amuntai. *Caring Nursing Journal*, 5(1): 28-35.
- Wahyuni, A. S., & Lubis, I. R. (2018). Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Tanpa Komplikasi di Daerah Puskesmas Medan Labuhan. *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*, 1(2): 374–380.
- Widiany, F. L. (2017). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Hemodialisis di Unit Hemodialisis RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(2): 72-29.
- World Health Organization. (2019). *Hypertension*. Retrieved from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.