

Hubungan *Self Efficacy* dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022

Relationship of *Self Efficacy* with Self Management of Hypertension Patients at Kassi-Kassi Health Center Makassar City in 2022

Susi Susanti¹, Emmi Bujawati², Rimawati Aulia Insani Sadarang³, Dian Ihwana⁴

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Aulauddin Makassar, Sulawesi Selatan

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang cukup berbahaya di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi secara global tahun 2019 sebesar 22% dari total penduduk dunia. Di Indonesia, prevalensi hipertensi sebesar 34,11%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Makassar prevalensi hipertensi tertinggi adalah Puskesmas Kassi-Kassi. Hipertensi membutuhkan manajemen penyakit jangka panjang oleh penderitanya. Manajemen diri berhubungan dengan perilaku penderita, salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen diri adalah *self efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 303 responden yang didapatkan dari hasil pengukuran tekanan darah, pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur. Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan nilai signifikan (0.05). Berdasarkan karakteristik responden penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi didominasi oleh perempuan 174 (57,4%), usia 45-49 tahun 70 (23,1%) dengan pekerjaan terbanyak adalah ibu rumah tangga 117 (38,6%), status pernikahan sudah menikah 251 (82,2%), memiliki riwayat keluarga hipertensi 215 (71,05). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi. Diharapkan penderita hipertensi dapat melakukan manajemen diri dengan baik dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah dan konsumsi obat hipertensi secara rutin serta menerapkan pola hidup yang sehat

Kata Kunci: Hipertensi; Manajemen Diri; *Self Efficacy*

Abstract

Hypertension is one of the most dangerous non-communicable diseases worldwide. The prevalence of hypertension globally in 2019 was 22% of the total world population. In Indonesia, the prevalence of hypertension is 34.11%. Based on data from the Makassar City Health Office, the highest prevalence of hypertension is the Kassi-Kassi Public Health Center. Hypertension requires long-term disease management by the sufferer. Self-management is related to the patient's behavior, one of the factors that influence self-management is self-efficacy. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-management of hypertension sufferers. This study is a quantitative study with a cross-sectional design. The sample in this study as many as 303 respondents obtained from the results of blood pressure measurements, data collection using a structured questionnaire. Bivariate analysis using Chi-Square statistical test with a significant value (0.05). Based on the characteristics of respondents with hypertension at the Kassi-Kassi Health Center dominated by 174 women (57.4%), age 45-49 years 70 (23.1%) with the most occupation being housewives 117 (38.6%), marital status married 251 (82.2%), had a family history of hypertension 215 (71.05). The results showed that there was a significant

relationship between self-efficacy and self-management of patients with hypertension. It is expected that people with hypertension can carry out self-management well by checking blood pressure and taking hypertension drugs regularly and implementing a healthy lifestyle.

Keywords: Hypertension; Self Management; Self Efficacy

Korespondensi : emmi bujawati
Email : emmy.uin@gmail.com

Info Artikel

Diterima : 11 September 2022;

Direvisi : 22 September 2022

Dipublikasi : 30 September 2022

PENDAHULUAN

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) 2019 menunjukkan bahwa saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% dan wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah yakni 18%. Sedangkan Asia Tenggara sendiri berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki yaitu 1 diantara 4 orang mereka memiliki hipertensi (1).

Menurut data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%. Prevalensi hipertensi tertinggi ditempati oleh Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan prevalensi terendah terdapat di Papua dengan prevalensi sebanyak 22,2%. Prevalensi hipertensi Sulawesi Selatan sendiri sebanyak 31,68%. Prevalensi hipertensi pada wanita sebesar 36,9% lebih tinggi dibandingkan dengan pria sebesar 31,3%. Prevalensi di perkotaan sebesar 34,4% sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan pedesaan sebesar 33,7%. Prevalensi ini akan terus meningkat seiring bertambahnya usia (2).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020, menurut data Kabupaten/Kota prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di Kota Makassar sebanyak 290.247 kasus, kemudian Kabupaten Bone tertinggi kedua sebanyak 158,516 kasus, dan tertinggi ketiga Kabupaten Gowa sebanyak 157,221 Kasus, dan prevalensi terendah di Kabupaten Barru sebanyak 1.500 kasus (3).

Menurut data surveilans penyakit tidak menular di bidang pengendalian dan pemberantasan penyakit (P2P) dinas kesehatan Kota Makassar menunjukkan bahwa dari 47 Puskesmas yang ada di Kota Makassar, prevalensi hipertensi tertinggi pada tahun 2021 adalah Puskesmas Kassi-Kassi Kecamatan Rappocini. Selain itu, data surveilans Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar bulan Januari-Februari 2022 menunjukkan jumlah estimasi penderita hipertensi sebanyak 1.250 kasus. Sehingga penyakit hipertensi menempati urutan kedua dari 10 penyakit tertinggi yang ada di Puskesmas tersebut.

Tingginya prevalensi hipertensi menyebabkan sering disebut sebagai penyakit tidak menular paling mematikan atau biasa disebut *The Silent Killer* karena sering kali dijumpai tanpa gejala, penyakit degeneratif ini mempunyai tingkat mortalitas yang tinggi untuk mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang (4). Hipertensi membutuhkan manajemen penyakit jangka panjang oleh penderitanya. Manajemen perawatan diri ini berhubungan erat dengan perilaku penderita, dimana kegagalan dalam melakukan perawatan diri akan berdampak terhadap terjadinya komplikasi yang mematikan (5).

Manajemen diri merupakan kemampuan individu untuk mengetahui, mengidentifikasi dan mengelola gejala, pengobatan, konsekuensi fisik, dan psiko sosial, serta perubahan gaya hidup yang berhubungan dengan penyakit kronis yang dapat dilakukan dengan menerapkan 5 komponen diantaranya integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang diterapkan oleh tenaga kesehatan terkait (6).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada penderita hipertensi antara lain pengetahuan, tingkat pendidikan, dukungan sosial, keyakinan diri (*self efficacy*) dan lama menderita hipertensi. (7). *Self efficacy* dipengaruhi oleh empat sumber antara lain pencapaian prestasi, pengalaman orang lain, persuasi verbal dan respon fisiologis (8). Dalam penelitian yang dilakukan oleh (9) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan mengalami peningkatan yang signifikan terhadap kepatuhan pengobatan, diet rendah garam, rajin melakukan aktivitas fisik, tidak merokok dan mampu melakukan manajemen berat badan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional dengan desain *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Polombangkeng Utara Kabupaten Takalar. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di bulan Januari-Februari tahun 2022 Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar sebanyak 1.250 kasus. Besar Sampel dalam penelitian ini yaitu 303 orang dihitung dengan menggunakan rumus slovin dan dipilih dengan metode *purposive sampling*.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan dua cara yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung oleh peneliti dengan menggunakan kuesioner terstruktur berupa karakteristik responden (jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, status pernikahan, riwayat hipertensi keluarga, penyakit komplikasi, skor *self efficacy* dan skor manajemen diri) Sedangkan data sekunder diperoleh dari beberapa sumber seperti Puskesmas (jumlah penderita hipertensi), Dinas Kesehatan, jurnal, artikel dan beberapa sumber informasi lainnya yang terkait.

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan skoring dan kategorisasi di tiap variabel yang kemudian di analisis melalui program komputerisasi yaitu SPSS (*system paket social sciene*) untuk menguji hubungan antar variabel dependen dengan variabel independent. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Demografis Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022

Karakteristik Responden	n (303)	% (100)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	129	42,6
Perempuan	174	57,4
Usia		
15-19 tahun	8	2,6
20-24 tahun	25	8,3
25-29 tahun	23	7,6
30-34 tahun	21	6,9
35-39 tahun	32	10,6
40-44 tahun	62	20,5
45-49 tahun	70	23,1
50-54 tahun	62	20,5
Pekerjaan		
IRT	117	38,6
PNS/TNI/POLRI/Honorar	61	20,1
Petani/Nelayan/Buruh Harian Lepas	33	10,9
Pelajar/Mahasiswa	32	10,6
Karyawan Swasta	58	19,1
Tenaga Kesehatan	2	0,7
Pendidikan Terakhir		
SMP	6	2,0
SMA/SMK	143	47,2
Sarjana/Diploma	154	50,8
Status Pernikahan		
Sudah Menikah	251	82,2
Belum Menikah	52	17,2
Riwayat Hipertensi Keluarga		
Ya	215	71,0
Tidak	88	29,0
Penyakit Komplikasi		
Ada	2	0,7
Tidak Ada	301	99,3

Sumber: Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa penderita hipertensi di dominasi oleh perempuan 174 (57,4%), dengan usia 45-49 tahun 70 (23,1%) dengan

status pernikahan sudah menikah 251 (82,2%), dan pekerjaan responden mayoritas ibu rumah tangga 117 (38,6%). Pendidikan responden di dominasi oleh sarjana/diploma sebanyak 154 (50,8%). Mayoritas responden memiliki riwayat hipertensi keluarga 215 (71,0%), dan sebanyak 301 (99,3%) yang tidak memiliki penyakit komplikasi.

Tabel 2 Gambran Self Efficacy Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022

<i>Self Efficacy</i>	n	%
Rendah	198	65,3
Tinggi	105	34,7
TOTAL	303	100

Sumber : Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 303 jumlah responden, terdapat 198 responden (65,3%) memiliki *self efficacy* yang rendah dan 105 responden (34,7%) yang memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Tabel 3 Gambaran Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022

Manajemen Diri	n	%
Kurang	41	13,5
Sedang	222	73,3
Baik	40	13,2
TOTAL	303	100

Sumber : Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 303 jumlah responden, terdapat 222 (73,3%) responden yang memiliki manajemen perawatan diri kategori sedang. Terdapat 40 (13,2%) responden yang memiliki manajemen perawatan diri yang baik.

Tabel 4 Hubungan Self Efficacy dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022

Self Efficacy	Manajemen Diri						TOTAL		Uji Statistik (P)
	Baik		Sedang		Kurang		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Tinggi	30	28,6	74	70,5	1	1,0	105	100	0.000
Rendah	10	5,1	148	74,7	40	20,2	198	100	
TOTAL	40	13,2	222	73,3	41	13,5	303	100	

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 105 (100%) responden yang memiliki *self efficc*y yang tinggi terdapat 74 (70,5%) yang memiliki manajemen diri kategori sedang, dan terdapat 1 (1,0%) responden yang memiliki manajemen diri kategori kurang. Dari 198 (100%) responden yang memiliki *self efficacy* yang rendah terdapat 148 (74,7%) yang memiliki manajemen diri kategori sedang, dan terdapat 10 (5,1%) responden yang memiliki manajemen diri yang baik.

Analisis bivariat untuk melihat hubungan antara *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022 dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa p value = 0.000 yang menandakan bahwa nilai $p < 0.05$, maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel yaitu *self efficacy* dengan manajemen diri dan dapat pula diinterpretasikan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa dominan responden berjenis kelamin perempuan. Hal ini berkaitan dengan peran hormon estrogen yang lebih banyak pada perempuan (10). Usia responden mayoritas 45-49 tahun dan sudah menikah. Semakin bertambahnya umur, resiko terkena hipertensi juga meningkat karena terjadi kerapuhan pembuluh darah sehingga aliran darah terutama ke otak menjadi terganggu (10). Pertambahan umur juga membuat darah mengalami peningkatan. Setelah umur 40 tahun proses degeneratif secara alami akan lebih sering terjadi pada usia tua dimana dinding arteri akan mengalami penebalan yang disebabkan oleh penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga menyebabkan pembuluh darah menyempit dan menjadi kaku (11).

Pekerjaan responden mayoritas adalah ibu rumah tangga. Banyak ibu rumah tangga yang menderita hipertensi mengeluh kurang berolahraga, dikarenakan sibuk mengurus rumah dan anak-anaknya sehingga tidak ada waktu luang untuk melakukan olahraga serta banyaknya beban pikiran yang menyebabkan tekanan darah tinggi sulit untuk dikendalikan (12). Banyaknya pekerjaan yang harus dilakukan oleh ibu rumah tangga, bisa saja mengakibatkan stres. Stres dianggap sebagai suatu yang buruk ketika seseorang tidak mampu menanggulangi stres dengan baik. Peningkatan darah akan lebih besar pada individu yang mempunyai kecenderungan stres emosional yang tinggi (13).

Pendidikan seseorang juga berpengaruh terhadap kesehatan. Semakin tinggi taraf pendidikan seseorang maka tingkat kesadaran akan kesehatan meningkat (14). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas pendidikan terakhir responden adalah sarjana/diploma. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki riwayat pendidikan yang tinggi dan masih banyak yang menderita hipertensi. Meskipun responden memiliki tingkat pendidikan tinggi tetapi kesadaran akan kesehatan masih kurang terutama dalam menerapkan pola hidup sehat.

Mayoritas responden memiliki riwayat hipertensi keluarga. Menurut (10) orang yang memiliki riwayat hipertensi keluarga memiliki resiko lebih tinggi terkena hipertensi. Jika seorang dari orang tua menderita hipertensi maka 25% keturunannya akan menderita hipertensi, dan jika kedua orang tua menderita hipertensi maka 60% keturunannya akan menderita hipertensi. Dari 303 jumlah responden yang menderita hipertensi, terdapat 301 (99,3%) responden yang tidak memiliki riwayat komplikasi. Kurangnya penderita hipertensi yang mengalami yang komplikasi dikarenakan usia responden yang masih tergolong dewasa, sedangkan usia yang rentan mengalami komplikasi yakni lanjut usia.

Self efficacy merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan kinerja yang mempengaruhi kehidupan mereka (15). *Self efficacy* merupakan keyakinan atau kemampuan individu dalam merencanakan dan melakukan sebuah tindakan (16). Secara umum *Self efficacy* mengacu pada kepercayaan diri untuk mengelola tindakan di berbagai situasi (16).

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa dominan responden memiliki *self efficacy* yang rendah. Berdasarkan kuesioner *self efficacy* yang berjumlah

5 item pertanyaan, responden sangat tidak yakin terhadap kemampuannya dalam menilai perubahan yang terjadi pada tekanan darah seperti sakit kepala/leher, jantung berdebar-debar dan penglihatan buram. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (17) menunjukkan jika mayoritas responden mempunyai *self efficacy* yang rendah. Pasien yang memiliki *self efficacy* yang rendah mempunyai kualitas pengalaman yang kurang baik terutama dalam penyesuaian pola hidup sehingga responden tidak termotivasi untuk mengontrol tekanan darahnya. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (18) mengatakan bahwa *self efficacy* yang rendah berhubungan dengan kepatuhan seseorang, semakin tinggi *self efficacy* penderita hipertensi maka akan semakin patuh dalam melakukan pengobatan.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan mayoritas usia responden antara 20-24 tahun sebanyak 25 responden. 23 diantaranya memiliki *self efficacy* yang rendah dan 2 responden yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Penelitian ini sesuai dengan yang dipaparkan (Bandura 1997 dalam Nabilah et al., 2016) bahwa usia berpengaruh terhadap level *self efficacy*, pada usia lebih muda sering terjadi rendahnya *self efficacy* dibandingkan dengan usia yang lebih tua karena pengalaman yang dimiliki usia muda masih sedikit. Individu yang lebih tua cenderung memiliki pengalaman yang banyak dibandingkan dengan individu yang lebih muda. Individu yang lebih tua akan mampu menghadapi masalah dibandingkan dengan individu yang lebih muda berdasarkan pengalaman yang dimiliki (20).

Dilihat dari faktor jenis kelamin, perempuan lebih banyak menderita hipertensi. Dari 174 responden perempuan, terdapat 64 responden yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dan 110 responden dengan *self efficacy* rendah. Menurut (Answar, 2009 dalam Kustanti & Pradita, 2018) menyatakan bahwa wanita *self efficacy* nya lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita memiliki peran selain ibu rumah tangga juga sebagai wanita karir akan memiliki *self efficacy* yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Faktor lain yang mempengaruhi *self efficacy* adalah pendidikan. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Wantiyah dalam Amila et al., 2018) mengatakan bahwa faktor yang lebih berpengaruh dalam *self efficacy* pasien adalah pengetahuan pasien. Pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan *self efficacy* pasien. Pendidikan erat dihubungkan dengan pengetahuan dan bukan merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi akan tetapi pendidikan dapat mempengaruhi gaya hidup pasien. Dilihat dari riwayat pendidikan terakhir responden adalah mayoritas sarjana/diploma sebanyak 154 responden, dan terdapat 62 responden yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dan 92 responden yang memiliki *self efficacy* yang rendah. Asumsi peneliti, pendidikan yang tinggi berhubungan dengan *self efficacy* yang tinggi. Hal yang menyebabkan responden mempunyai *self efficacy* yang rendah meskipun dengan riwayat pendidikan yang tinggi adalah responden sudah mengetahui bahwa dengan olahraga secara rutin, mengonsumsi obat hipertensi, dan mengurangi konsumsi garam dapat mengatasi tekanan darah tinggi, akan tetapi responden tidak mempunyai kemampuan dalam melakukan hal-hal yang dapat mengatasi tekanan darah tinggi.

Manajemen diri sangat penting untuk pengendalian tekanan darah dan pencegahan penyakit (22). Pasien yang memiliki manajemen diri yang baik pasti memiliki pengetahuan, keterampilan dan kepercayaan diri yang baik pula untuk mengelola kesehatan mereka dan mengubah perilaku mereka misalnya dalam menerapkan gaya hidup sehat (Hibbard, 2004 dalam Daud et al., 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa dominan responden memiliki manajemen perawatan diri sedang. Faktor yang menyebabkan responden memiliki manajemen perawatan diri yang sedang adalah salah satunya pemeriksaan tekanan darah

yang tidak dilakukan secara rutin dan konsumsi obat yang tidak rutin. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (24) yang mengatakan bahwa manajemen diri bisa mempengaruhi tekanan darah pasien hipertensi.

Berdasarkan hasil analisis sub variabel manajemen diri didapatkan hasil bahwa pada sub variabel integritas diri mayoritas responden melakukan manajemen diri yang baik yakni tidak mengkonsumsi alkohol. Pada sub variabel regulasi diri, responden melakukan manajemen diri yang baik pada item pertanyaan responden menganggap penting hal yang menjadi penyebab peningkatan atau penurunan tekanan darah. Pada sub variabel yang ketiga yakni interaksi dengan tenaga kesehatan terkait, responden melakukan manajemen diri yang baik karena mayoritas responden melakukan komunikasi dengan dokter terkait jadwal kontrol yang akan dilakukan. Sub variabel yang keempat, yakni pemantauan diri responden melakukan manajemen diri yang baik karena responden selalu meminta keluarga atau orang terdekatnya untuk membimbingnya dalam mengontrol tekanan darahnya. Dan sub variabel yang kelima, yakni kepatuhan responden terhadap aturan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan, mayoritas responden melakukan manajemen yang baik karena patuh terhadap aturan yang dianjurkan oleh dokter.

Menurut Arista (2018) seseorang yang mempunyai faktor risiko hipertensi harus waspada serta melakukan upaya pencegahan sedini mungkin. Contoh yang sederhana yaitu dengan rutin kontrol tekanan darah dan rutin konsumsi obat hipertensi serta menerapkan gaya hidup yang sehat (Arista, 2018 dalam (Puswati et al., 2021). Menurut Brilianti (2016) manajemen diri ini bertujuan supaya individu secara teliti dapat menempatkan dirinya dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki (Brilianti, 2016 dalam (Puswati et al., 2021).

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat responden yang memiliki *self efficacy* yang tinggi tetapi melakukan manajemen diri yang kurang. Asumsi peneliti, faktor yang menyebabkan tingginya *self efficacy* responden adalah mereka tahu bahwa olahraga baik untuk kesehatan dan dapat mengatasi tekanan darah tinggi, tetapi mereka tidak menerapkan gaya hidup yang sehat, seperti tidak melakukan olahraga baik olahraga sedang misalnya berjalan kaki. Hal tersebutlah yang membuat manajemen diri respon dalam kategori kurang.

Hal ini dibuktikan oleh hasil analisis yang menunjukkan bahwa pada item pertanyaan *self efficacy* yakni pada pertanyaan pertama bahwa olahraga secara rutin dapat mengatasi tekanan darah tinggi, terdapat 28 responden yang memberikan jawaban sangat yakin. Jika dilihat pada perilaku manajemen diri, terutama pada pertanyaan integritas diri yakni mengontrol berat badan terdapat 192 responden yang memberikan jawaban tidak pernah. Artinya responden yakin bahwa olahraga secara rutin mampu mengatasi tekanan darah tinggi tetapi mereka tidak melakukan manajemen berat badan atau tidak mengontrol berat badannya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat responden yang memiliki *self efficacy* yang rendah tetapi memiliki manajemen diri yang baik. Asumsi peneliti, faktor yang memungkinkan responden memiliki *self efficacy* rendah adalah responden tidak memiliki keyakinan terhadap perubahan emosi yang dapat membuat naiknya tekanan darah. Faktor yang menyebabkan baiknya manajemen diri responden yakni tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pada item pertanyaan *self efficacy* mengenai usaha yang dilakukan oleh responden selain minum obat untuk mengatasi tekanan darah tinggi terdapat 25 responden yang memberikan jawaban sangat tidak

yakin. Pada item pertanyaan tersebutlah responden banyak yang tidak yakin terhadap cara mengatasi tekanan darah tinggi selain minum obat hipertensi. Jika dilihat pada perilaku manajemen diri, terutama pada pertanyaan integritas diri yakni tidak mengonsumsi alkohol, banyak responden yang memberikan jawaban positif, terdapat 208 responden yang memberikan jawaban sangat sering.

Berdasarkan hasil uji analisis bivariat menggunakan *Chi-Square* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi. hasil uji *Chi-Square* menyebutkan bahwa diperoleh nilai $p = 0,000$ yang menandakan bahwa nilai $p < 0,05$, maka terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (26) dengan judul penelitian “*Evaluation Of Self Care Status and its Relationship with Self Efficacy of patients with Hypertension*” yang memperoleh nilai $p = 0.001$ ($p < 0.05$) sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan *self care*. Kemudian penelitian lain yang dilakukan oleh (Fauzia, 2019) dengan judul penelitian “Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan diri Penderita Hipertensi di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara” menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap manajemen perawatan penderita hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini (1) Penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi dominan berjenis kelamin perempuan, berusia 45-49 tahun, sudah menikah, IRT, sarjana/diploma, memiliki riwayat keluarga hipertensi dan tidak memiliki riwayat komplikasi (2) sebagian besar responden memiliki *self efficacy* yang rendah (65.3%) dan memiliki manajemen perawatan diri kategori sedang (73.3%) (4) Terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota.

Oleh karena itu disarankan agar kegiatan screening faktor risiko hipertensi rutin dilakukan sebagai langkah pencegahan dan diagnosis dini potensi hipertensi. Selain itu, kegiatan monitoring terhadap penderita rutin dilakukan untuk memastikan para penderita patuh melakukan pengobatan.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Kemenkes RI. Hipertensi Si Pembunuh Senyap [Internet]. Kementrian Kesehatan RI. 2019. 1–5 p. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- 2) Riskesdas K. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) [Internet]. Vol. 44, Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical. 2018. 1–200 p. Available from: <http://arxiv.org/abs/1011.1669%0Ahttp://dx.doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201%0Ahttp://stacks.iop.org/1751-8121/44/i=8/a=085201?key=crossref.abc74c979a75846b3de48a5587bf708f>
- 3) Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. 2020.
- 4) Nildawati, Muh. Fajar Pahrir, Nur Rahma N. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Barayya Kota Makassar. Bina Gener J Kesehat. 2020;12(1):36–41.
- 5) Salami. Perilaku Self Care Management Penderita Hipertensi: Studi Kualitatif. J Keperawatan 'Aisyiyah. 2021;8(1):87–99.
- 6) Akhter N. Self Management Among Patients With Hypertension in Bangladesh,

- Ejournal [Internet]. 2010. Available from: <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/2461/4/TFLACSO-2010ZVNBA.pdf>
- 7) Sakinah S, Ratu JM, Weraman P. Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross sectional. *J Penelit Kesehat "SUARA FORIKES" (Journal Heal Res "Forikes Voice")*. 2020;11(3):245.
 - 8) Bandura A. Guide Forn Consrucing Self-Efficacy Scale. Vol. 4, Análisis de las relaciones existentes entre la Orientación y el Clima motivacional con los comportamientos antisociales en jóvenes deportistas. 2006. 15–28 p.
 - 9) Warren-Findlow J, Seymour RB, Huber LRB. The association between self-efficacy and hypertension self-care activities among African American adults. *J Community Health*. 2012;37(1):15–24.
 - 10) Nurul M. Hubungan Manajemen Diri Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo. 2020;
 - 11) Amanda D, Martini S. Hubungan karakteristik dan status obesitas sentral dengan kejadian hipertensi. *J Berk Epidemiol*. 2018;6:51–9.
 - 12) Indrayanti I, Sahar J, Permatasari H. Peningkatan Kemampuan Dan Penurunan Tekanan Darah Pada Agregate Dewasa Hipertensi Sesudah Mengikuti Intervensi Modifikasi Perilaku Dengan Hypnocaring (Moluca) Di Curug, Cimanggis, Depok. *J Kesehat*. 2018;5(2):1–10.
 - 13) Manullang KF. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Di Ruang Poli Penyakit Dalam Rsup H Adam Malik Medan Tahun 2019. Skripsi. 2018;1–76.
 - 14) Musfirah M, Masriadi M. Analisis Faktor Risiko dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Takalala Kecamatan Marioriwawo Kabupaten Soppeng. *J Kesehat Glob*. 2019;2(2):94.
 - 15) Bandura A. Self-Efficacy. Vol. 4, *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*. 1994. 504–508 p.
 - 16) Selzler AM, Habash R, Robson L, Lenton E, Goldstein R, Brooks D. Self-efficacy and health-related quality of life in chronic obstructive pulmonary disease: A meta-analysis. *Patient Educ Couns [Internet]*. 2020;103(4):682–92. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.12.003>
 - 17) fauzia rozani. Dukungan Keluarga Dan Self Efikasi Terhadap Self Manajemen Penderita Hipertensi. *J Keperawatan*. 2022;5:1–77.
 - 18) Martos-Méndez MJ. Self-efficacy and adherence to treatment: the mediating effects of social support. *J Behav Heal Soc Issues [Internet]*. 2015;7(2):19–29. Available from: <http://dx.doi.org/10.5460/jbhsi.v7.2.52889>
 - 19) Nabilah N, Mardhiyah A, Widiyanti E. Gambaran Self-Efficacy Ibu dengan Anak yang sedang menjalani Pengobatan Tuberkulosis di Poliklinik Spesialis Anak Rsud Cibabat Cimahi. *J Keperawatan Jiwa Persat Perawat Nas Indones [Internet]*. 2016;4(1):21–30. Available from: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/3899>
 - 20) Kustanti CY, Pradita R. Self Efficacy Penderita Hiv/Aids Dalam Mengkonsumsi Antiretroviral Di Lembaga Swadaya Masyarakat Kebaya Yogyakarta. *J Kesehat*. 2018;5(1).
 - 21) Amila A, Sinaga J, Sembiring E. Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. *J Kesehat*. 2018;9(3):360.
 - 22) Qiu C, Zhang X, Zang X, Zhao Y. Acceptance of illness mediate the effects of health

- literacy on self-management behaviour. *Eur J Cardiovasc Nurs.* 2020;19(5):411–20.
- 23) Daud MH, Ramli AS, Abdul-Razak S, Isa MR, Yusoff FH, Baharudin N, et al. The EMPOWER-SUSTAIN e-Health Intervention to improve patient activation and self-management behaviours among individuals with Metabolic Syndrome in primary care: Study protocol for a pilot randomised controlled trial. *Trials.* 2020;21(1):1–16.
- 24) Isnaini, Lestari. Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indones J Heal Sci.* 2018;2(1):7–18.
- 25) Puswati D, Yanti N, Yuzela D. Darah Pada Pasien Hipertensi Pada Masa Pandemi Covid -19 Di Puskesmas Lima Puluh Kota Pekanbaru. *Heal Care J Kesehat.* 2021;10(1):138–43.
- 26) Asa Z, Forroudy K. Evaluation of Self-Care Status and Its Relationship with Self-Efficacy of Patients with Hypertension. 2021;8(4):336–47.