

RINGKASAN**MODEL PENINGKATAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI BERBASIS *SOCIAL COGNITIVE THEORY* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA BIMA****Oleh: Nurul Khusnul Khotimah**

Sebagian besar pasien yang mengalami hipertensi ditemukan memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup sehat yang tergolong rendah (Purwanto & Sari 2014). Ketidapatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi menurut studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada pasien hipertensi Kota Bima penyebabnya adalah petugas kesehatan selama ini masih berfokus pada pengobatan dan kurang optimal memberikan penyuluhan terkait gaya hidup sehat dan lingkungan social yang selalu mempengaruhi klien untuk hidup tidak sehat. Pasien hipertensi yang tidak patuh terhadap gaya hidup sehat justru akan memperparah hipertensi itu sendiri karena tekanan darah tidak dikontrol.

Teori *social cognitive theory* merupakan teori yang sesuai untuk menjelaskan proses perubahan perilaku gaya hidup tidak sehat pada pasien hipertensi yang berkaitan dengan masalah social. Menurut teori ini bahwa perilaku itu dipengaruhi oleh 3 komponen yaitu faktor personal, faktor lingkungan dan perilaku itu sendiri. Penelitian tentang perubahan perilaku berbasis *social cognitive theory* sudah banyak yang meneliti pada berbagai populasi antara lain pada anak-anak (Tavares, Plotnikoff, & Loucaides 2009); pada orang dewasa (Taylor, et al. 2016); dan pada usia manula (Borhaninejad, et al. 2017); serta pada berbagai penyakit diantaranya pada pasien dengan diabetes melitus (Heiss & Petosa 2016); pada penderita obesitas (Annesi & Tennant 2013); pasien kanker (Stacey, et al. 2016) dan hipertensi (Hu, Li, & Arao 2015).

Tujuan dalam penelitian ini adalah menjelaskan model peningkatan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi berbasis *social cognitive theory* di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimen. Jenis pendekatan analisis deskriptif dengan penelitian *explanatory research* dan menggunakan metode survey. Pada penelitian ini menggunakan *probability sampling*, yaitu *sample random sampling*. Responden dipilih secara acak berdasarkan pasien yang nomor ganjil pada setiap pasien hipertensi yang berkunjung. Sampel yang diperlukan untuk masing-masing Puskesmas yang dihitung dengan menggunakan alokasi proporsional. Besar sampel sebanyak 239 meliputi Puskesmas Paruga sebanyak 86 responden, Puskesmas Mpunda 61 responden, Puskesmas Rasanae Timur 32 responden, Puskesmas Penanae 8 responden dan Puskesmas Asakota 52 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku terdiri kepatuhan gaya hidup sehat, kemudian karakteristik individu pasien terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan, sosio ekonomi, IMT, motivasi dan persepsi terhadap penyakit.

Faktor personal terdiri dari self efikasi dan self regulasi, faktor lingkungan terdiri dari dukungan teman, dukungan keluarga dan dukungan petugas kesehatan. Teknik analisis yang digunakan adalah model persamaan struktural berbasis *variance* atau *component based* yang disebut PLS (*Partial Least Square*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup kategori kurang patuh, usia berada pada 46-55 tahun, jenis kelamin perempuan, berlatar pendidikan menengah, pendapatan < 1.800.000, IMT sangat gemuk, motivasi kategori sedang, persepsi kategori positif, perkerjan IRT, tidak memiliki riwayat hipertensi, jumlah anak kategori banyak, dukungan keluarga, teman dan petugas kesehatan kategori sedang. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan antara karakteristik individu dengan faktor personal dengan nilai T-statistika 12.635 ($T > 1.96$), tidak ada hubungan karakteristik dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 0.107 ($T > .96$), ada hubungan antara faktor personal dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 3.624 ($T > .96$), ada hubungan antara faktor lingkungan dengan faktor personal dengan nilai T-statistika 2.787 ($T > .96$) dan ada hubungan antara faktor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 4.945 ($T > .96$).

EXECUTIVE SUMMARY**A MODEL FOR IMPROVING THE HEALTHY LIFE STYLE ON
HYPERTENSION PATIENTS BASED ON SOCIAL COGNITIVE THEORY
IN WORKING AREA OF PUSKESMAS KOTA BIMA****By: Nurul Khusnul Khotimah**

Most of the patients with hypertension were found to have low levels of healthy lifestyle compliance (Purwanto & Sari 2014). Non-compliance of healthy lifestyles in hypertensive patients according to preliminary studies conducted by researchers in patients with hypertension Kota Bima cause is health workers are still focused on treatment and never give counseling related to healthy lifestyle and social environment that always affect the client to live unhealthy. Hypertensive patients who do not adhere to a healthy lifestyle will actually exacerbate hypertension itself because blood pressure is not controlled.

The theory of social cognitive theory is an appropriate theory to explain the process of changing unhealthy lifestyle behavior in hypertensive patients related to social problems. According to this theory that behavior is influenced by 3 components of personal factors, environmental factors and behavior itself. Research on behavioral changes based on social cognitive theory has been widely investigated in various populations, among others in children (Tavares, Plotnikoff, & Loucaides 2009); in adults (Taylor, et al., 2016); and in the elderly (Borhaninejad, et al., 2017); as well as in various diseases such as in patients with diabetes mellitus (Heiss & Petosa 2016); in obese people (Annesi & Tennant 2013); cancer patients (Stacey, et al., 2016) and hypertension (Hu, Li, & Arao 2015).

The purpose of this research is to explain the model of improvement of healthy lifestyle compliance in hypertension patients based on social cognitive theory in the work area of Puskesmas Kota Bima. This research uses non experimental quantitative method. This type of descriptive analysis approach with explanatory research research and using survey method. In this research use probability sampling, that is sample random sampling. Respondents were randomly selected based on odd number patients in each visiting hypertensive patient. The sample required for each Puskesmas is calculated using proportional allocation. The sample size is 239 including Puskesmas Paruga counted 86 respondent, Puskesmas Mpunda 61 respondent, Puskesmas Rasanae Timur 32 respondent, Puskesmas Penanae 8 respondent and Puskesmas Asakota 52 respondent. The variable in this research is the behavior consist of healthy lifestyle compliance, then individual patient characteristics consist of age, gender, education, socioeconomic, BMI, motivation and perception of disease. Personal factors consist of self-efficacy and self-regulation, environmental factors comprised of peer support, family support and support of

health workers. The analysis technique used is a variance based or component based structural equation model called PLS (Partial Least Square).

The results of the study showed that the majority of patients had adherence compliance rates, age group was 46-55 years old, female gender, middle education background, income <1.800.000, BMI was fat, medium category motivation, positive category perception, IRT work, no history of hypertension, high number of children, family support, friends and health workers in moderate categories. The result of hypothesis test shows that there is correlation between individual characteristic and personal factor with T-statistic value 12.635 ($T > 1.96$), there is no characteristic relationship with healthy lifestyle compliance with T-statistic value 0.107 ($T > .96$) personal factors with healthy lifestyle compliance with T-statistical value of 3,624 ($T > .96$), there is a relationship between environmental factors with personal factors and the T7877 ($T > .96$) T-statistics score and there is a relationship between environmental factors and healthy lifestyle compliance with T-statistics 4,945 ($T > .96$).

ABSTRAK

MODEL PENINGKATAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI BERBASIS *SOCIAL COGNITIVE THEORY* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA BIMA**Oleh: Nurul Khusnul Khotimah**

Pendahuluan: Pasien hipertensi sebagian besar memiliki kepatuhan gaya hidup yang tidak sehat sebesar 72%. Kepatuhan gaya hidup tidak sehat pada pasien hipertensi diukur dari pola makan, aktifitas fisik dan kebiasaan merokok. Tidak patuhnya pasien hipertensi pada gaya hidup sehat disebabkan oleh kurangnya dukungan social, petugas kesehatan, keluarga serta factor yang ada dari dalam diri pasien tersebut. *Social cognitive teory* dapat menjelaskan faktor-faktor ketidak patuhan pada pasien hipertensi dalam menerapkan gaya hidup sehat, yang nantinya dapat dihasilkan suatu model peningkatan kepatuhan gaya hidup sehat. **Metode:** Jenis penelitian kuantitatif non eksperimen. Jenis pendekatan yang peneliti gunakan adalah jenis pendekatan analisis deskriptif dengan penelitian *explanatory research* dan menggunakan metode survey. Besar sampel sebanyak 239. Teknik analisis yang digunakan adalah model persamaan struktural berbasis *variance* atau *component based* yang disebut PLS (*Partial Least Square*). **Hasil:** Untuk menilai hubungan antar variabel digunakan hasil uji nilai T-statistika yang harus > 1.96 dengan hasil menunjukkan bahwa ada hubungan antara karakteristik individu dengan faktor personal dengan nilai T-statistika 12.635 ($T > 1.96$), tidak ada hubungan karakteristik dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 0.107 ($T > .96$), ada hubungan antara faktor personal dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 3.624 ($T > .96$), ada hubungan antara faktor lingkungan dengan faktor personal dengan nilai T-statistika 2.787 ($T > .96$) dan ada hubungan antara faktor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai T-statistika 4.945 ($T > .96$). **Analisis dan Diskusi:** Peningkatan kepatuhan perilaku gaya hidup dapat dilakukan melalui penguatan faktor lingkungan, faktor personal dan karakteristik individu.

Kata Kunci : Hipertensi, *social cognitive theory*, Karakteristik individu

ABSTRACT**A MODEL FOR IMPROVING THE HEALTHY LIFE STYLE ON
HYPERTENSION PATIENTS BASED ON SOCIAL COGNITIVE THEORY
IN WORKING AREA OF PUSKESMAS KOTA BIMA****By: Nurul Khusnul Khotimah**

Introduction: Patients with hypertension mostly have an unhealthy lifestyle adherence of 72%. Unhealthy lifestyle compliance in hypertensive patients was measured by diet, physical activity and smoking habits. Non-compliance of hypertensive patients to a healthy lifestyle is caused by a lack of social support, health care workers, family and existing factors from within the patient. Social cognitive theory can explain the factors of non-compliance in hypertensive patients in applying a healthy lifestyle, which later can be produced a model of improving adherence to a healthy lifestyle. **Method:** This study was non experimental quantitative research with desain approach descriptive analysis with explanatory research research and using survey methods. The sample size is 239. The analysis technique used is a variance based or component based structural equation model called PLS (Partial Least Square). **Result:** In order to evaluate the relationship between variables, the result of T-statistical test result that must be > 1.96 with the result show that there is a correlation between individual characteristic with personal factor and T-statistics value of 12.635 ($T > 1.96$), no characteristic relationship with lifestyle compliance healthy with the value of T-statistics 0.107 ($T > 1.96$), there is a relationship between personal factors with healthy lifestyle compliance with the value of T-statistics 3,624 ($T > 1.96$), there is a relationship between environmental factors with personal factors with the value of T-statistics 2.787 ($T > .96$) and there is a relationship between environmental factors with healthy lifestyle compliance with the value of T-statistics 4,945 ($T > 1.96$). **Analysis and Discussion:** Increasing compliance with lifestyle behaviors can be done through the enactment of environmental factors, personal factors and induvidu characteristics.

Keywords: Hypertension, social cognitive theory, Individual characteristics