

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN TINDAKAN PERAWATAN DIRI PASIEN HIPERTENSI

Yohana Agustina Sitanggang^{1*}, M. Iqbal Fadhilah²

¹STIKES Intan Martapura Jl. Samadi No. 1 Martapura Kalimantan Selatan

²Mahasiswa STIKES Intan Martapura Jl. Samadi No. 1 Martapura Kalimantan Selatan

Email : sitanggangyohana@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit hipertensi merupakan keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang di tunjukkan angka sistolik dan angka diastolik pada pemeriksaan tensi darah. Hipertensi sebagai “*silent killer*”, karena sering kali penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan gangguan atau gejala, tanpa disadari penderita bisa mengalami komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak maupun ginjal. Efikasi diri atau keyakinan diri individu untuk mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien hipertensi. **Tujuan :** Mengetahui hubungan efikasi diri dengan tindakan perawatan diri pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan. **Metode :** Penelitian deskriptif analitik dengan jenis penelitian korelasional. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Subjek penelitian yaitu pasien hipertensi dengan populasi sebanyak 1.013 orang dan jumlah sampel sebanyak 91 orang dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan *Spearman's Rho*. **Hasil:** analisa data didapatkan $p = 0,185$ yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara efikasi diri dengan perawatan diri. **Kesimpulan:** Mayoritas pasien hipertensi memiliki efikasi diri yang tinggi dan perawatan diri yang baik. **Saran :** Petugas kesehatan agar mengoptimalkan efikasi diri dan perawatan diri pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: efikasi diri, perawatan diri, hipertensi

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal which is indicated by the systolic number and diastolic number on blood pressure examination. Hypertension is a "silent killer", because often people with hypertension for years without feeling any disturbances or symptoms, without realizing it, sufferers can experience complications in vital organs such as the heart, brain and kidneys. Self-efficacy or individual self-confidence to encourage the process of self-control to maintain the behavior needed in managing self-care in hypertensive patients. **Objective:** To determine the relationship between self-efficacy and self-care measures in hypertensive patients in the work area of the Kandangan Health Center. **Method :** Analytical descriptive research with correlational research type. The instrument used is a questionnaire. The research subjects were hypertensive patients with a population of 1,013 people and a total sample of 91 people with a purposive sampling technique. The data analysis technique used Spearman's Rho. **Results:** data analysis obtained $p = 0.185$ which indicates that there is no relationship between self-efficacy and self-care. **Conclusion:** The majority of hypertensive patients have high self-efficacy and good self-care. **Suggestion:** Health workers to optimize self-efficacy and self-care in hypertensive patients.

keywords: *self-efficacy, self-care, hypertension*

Cite this as : Sitanggang, YA & Fadhilah, MI. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tindakan Perawatan Diri Pasien Hipertensi . *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(1), 60-66.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan di mana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan angka sistolik dan angka diastolik pada pemeriksaan tensi darah. Masalah hipertensi tidak terlepas dari pola makan aktivitas atau olahraga, merokok dan pola makan yang erat kaitannya dengan frekuensi makan dan jenis makanan yang dikonsumsi, pola perilaku tersebut pada penderita hipertensi harus selalu dimotivasi agar penderita memperbaiki perilaku kesehatannya. Keyakinan akan perawatan dan perubahan gaya hidup yang disebut *self efficacy* sangat diperlukan oleh penderita hipertensi. Setiap penderita yang memiliki penyakit akan mempunyai fungsi fisik yang lebih baik apabila dalam dirinya memiliki keyakinan (Mulyana, 2019)

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, di perkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi dan di perkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Di Indonesia hipertensi menempati peringkat ke 2 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit. Berdasarkan data Risesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% dan tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,1%. Penderita hipertensi lebih banyak pada jenis kelamin wanita yaitu sebanyak 30% dan pria sebanyak 29%. Menurut *National Basic Health survey* prevalensi di Indonesia pada kelompok usia 15-24 tahun adalah 8,7% pada kelompok usia 25-34 tahun 14,7%, kelompok umur 35-44 tahun 24,8%, kelompok usia 45-54 tahun adalah 35,6%, kelompok umur 55-64 tahun 45,9%, kelompok usia 65-74 tahun adalah 57,6%, sedangkan lebih dari 75 tahun 63,8%, dengan prevalensi yang tinggi tersebut hipertensi yang tidak disadari jumlahnya bisa lebih tinggi. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan tahun 2018 menyatakan provinsi Kalimantan Selatan menduduki posisi pertama jumlah kasus penyakit hipertensi di Indonesia, tercatat ada 44,1% penduduk usia 18 tahun ke atas menderita hipertensi. Sementara angka rata-rata nasional hanya dikisaran 34,1%. Tingginya kasus hipertensi ini dominan disebabkan perilaku gaya hidup dan pola makan yang tidak seimbang,

yakni mengkonsumsi makanan dengan kadar garam tinggi, stres, malas bergerak atau berolahraga, obesitas, merokok serta minum minuman beralkohol. Hasil survei Risesdas juga menunjukkan bahwa tingkat kurangnya konsumsi sayuran dan buah-buahan di Kalimantan Selatan mencapai 98%. Menurut Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Selatan data kasus hipertensi di Puskesmas Kandangan pada tahun 2020 berjumlah 1.013. Data kasus hipertensi di Kabupaten Hulu Sungai Selatan pada tahun 2020 berjumlah 17,545. Tingginya kasus hipertensi ini masih disebabkan oleh kurangnya kesadaran dalam perawatan diri yaitu perilaku gaya hidup, pola makan yang tidak seimbang, mengonsumsi makanan dengan kadar garam tinggi dan lemak, malas bergerak untuk berolahraga.

Menurut Pender dalam Tomey & Alligood (2010) efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan perilaku yang mendukung kesehatannya berdasarkan pada tujuan dan harapan yang diinginkannya. Efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak. Bandura dalam Kott (2008) menegaskan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan menetapkan tujuan yang tinggi dan berpegang teguh pada tujuannya, sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri yang lemah akan berkomitmen lemah pada tujuannya, sehingga terjadi ketidakpatuhan terhadap perawatan dirinya. Efikasi diri mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien hipertensi. Efikasi diri dapat terbentuk dan berkembang melalui empat proses yaitu kognitif, motivasional, efektif dan seleksi. Sumber-sumber efikasi diri dapat berasal dari pengalaman individu, pengalaman orang lain, sosial serta kondisi fisik dan emosional.

Pengalaman dan keberhasilan individu dalam mengelola hipertensi merupakan sumber utama dalam pembentukan efikasi diri pasien, belajar dari pengalaman orang lain melalui observasi dan meniru perilaku kesehatan yang benar dapat meningkatkan efikasi diri. Efikasi diri pada penderita hipertensi berkaitan dengan pengalaman sebelumnya yang sudah berhasil atau pengalaman dari orang lain, sehingga pasien bisa melakukan kemampuannya untuk perawatan diri berdasarkan dengan tujuan perawatan diri pada hipertensi yaitu meliputi minum obat sesuai

anjuan, memantau tekanan darah, perubahan gaya hidup (olahraga, mengurangi konsumsi garam, meningkatkan konsumsi buah dan sayur). Pada pasien yang memiliki efikasi diri lemah sehingga tidak bisa untuk melakukan perawatan diri, harus selalu dimotivasi oleh tenaga kesehatan terutama pihak keluarga agar perilaku pada pasien tersebut mendukung pada kesehatannya dan mengetahui pentingnya perawatan diri untuk mencegah komplikasi pada penderita hipertensi. Menurut Passer (2019) dalam Fauziah, Y & Syahputra, R. (2021) mengungkapkan bahwa seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi akan lebih cenderung mempunyai keyakinan dan kemampuan dalam mencapai keinginan sesuai dengan tujuan. Penderita hipertensi yang mempunyai keyakinan dalam diri terhadap kemampuannya dalam melakukan perawatan diri akan dapat melakukan tugas-tugasnya secara berhasil (Harsono, 2017).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik deskriptif dengan jenis penelitian

korelasional ertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan tindakan perawatan diri pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan. Variabel penelitian terdiri dari Variabel independen yaitu Efikasi diri dan Variabel dependen yaitu tindakan perawatan diri. Populasi pada penelitian adalah seluruh penderita hipertensi yang berada pada wilayah kerja Puskesmas Kandangan sebanyak 1.013 orang, dengan jumlah sampel sejumlah 91 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive samplin* dengan kriteria inklusi yaitu pasien yang didiagnosa hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kandangan dan bersedia menjadi responden serta dengan kriteria eksklusi pasien hipertensi yang mengalami stroke. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang sudah digunakan pada penelitian yang berkaitan dengan efikasi diri dan perawatan diri, dengan jumlah 20 soal yang terdiri dari 10 pertanyaan untuk menilai efikasi diri dan 10 pertanyaan untuk menilai tindakan perawatan diri. Teknik analisis data menggunakan *Spearman's Rho* dengan signifikan $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Umum Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kandangan

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur Responden		
40–50 tahun	32	35,2%
55- 60 tahun	41	45,1%
67-70 tahun	12	13,2%
Tahun	6	6,6%
Total	91	100%
Jenis Kelamin Responden		
Laki-laki	39	42,9%
Perempuan	52	57,1%
Total	91	100%
Pendidikan Terakhir Responden		
Tidak Sekolah	3	3,3%
SD	14	15,4%
SMP	21	23,1%
SMA	38	41,8%
Sarjana/D3	15	16,5%
Total	91	100%
Pekerjaan Responden		
Tidak Berkerja	19	20,9%

Pegawai Negeri Sipil	20	22%
TNI/Polri	3	3,3%
Swasta	49	53,8%
Total	91	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden mempunyai karakteristik umum yaitu berumur 55- 60 tahun sebanyak 41 responden (45,1%), perempuan sebanyak 52 responden

(57,1%) pendidikan terakhir SMA/Sederajat sebanyak 38 (41,8%) pekerjaan responden Swasta sebanyak 49 responden (53,8%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Efikasi Diri di Wilayah Kerja Puskesmas Kandangan

Efikasi Diri	Jumlah	Persentase
Efikasi Tinggi	69	75,8%
Efikasi Sedang	22	24,2%
Total	91	100%

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas efikasi diri responden dalam kategori

efikasi tinggi sebanyak 69 responden (75%)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Perawatan Diri di Wilayah Kerja Puskesmas Kandangan

Perawatan Diri	Jumlah	Persentase
Baik	69	75,8%
Cukup	22	24,2%
Total	91	100%

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas tindakan perawatan diri responden dalam

kategori baik sebanyak 69 responden (75%)

Tabel 4 Analisa Hubungan antara Efikasi Diri dengan Tindakan Perawatan Diri pada Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandangan

Efikasi Diri	Perawatan Diri				Total		P Value
	Baik		Cukup				
	N	%	N	%	N	%	
Efikasi Tinggi	50	54.9	19	20.9	69	75.8	0.185
Efikasi Sedang	19	20.9	3	3.3	22	24.2	
Total	69	75.8	22	24.2	91	100	

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *Spearman's rho* tidak ada hubungan antara efikasi diri dengan tindakan

perawatan diri pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan dengan nilai *p value* $p = 0,185$.

DISKUSI PEMBAHASAN

Efikasi Diri pada Penderita Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menuju 63 bahwa sebagian besar responden mempunyai efikasi diri tinggi. Bandura (1997) berpendapat bahwa tinggi rendahnya efikasi diri seseorang dalam tiap tugas sangat bervariasi. Hal ini disebabkan oleh adanya beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri individu salah satunya adalah usia yang ditunjukkan pada Tabel 1 bahwa mayoritas umur responden pada rentang 55-60 tahun, individu yang lebih tua cenderung memiliki rentang waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi jika dibandingkan dengan individu yang lebih muda, yang mungkin masih memikul sedikit pengalaman dan berbagai peristiwa dalam hidupnya. Individu yang lebih tua akan lebih mampu dalam mengatasi rintangan dalam hidupnya dibandingkan dengan pengalaman yang individu miliki sepanjang rentang kehidupannya. Pengalaman keberhasilan akan menaikkan efikasi diri individu, hal ini sesuai dengan pendapat Bandura dalam Gufron & Risnawati (2010) bahwa pengalaman kegagalan dan keberhasilan dalam usaha penyembuhan penyakit memberikan pengaruh besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman pribadi individu secara nyata. Salah satu faktor lain yang mempengaruhi efikasi adalah pendidikan, pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA). Efikasi diri terbentuk melalui proses belajar yang dapat terjadi pada suatu organisasi ataupun perusahaan dimana individu bekerja. Efikasi diri terbentuk sebagai suatu proses adaptasi dan pembelajaran yang ada dalam situasi kerjanya tersebut. Semakin lama seseorang bekerja maka semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki individu tersebut dalam pekerjaan tertentu akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa efikasi diri yang dimiliki individu tersebut justru cenderung menurun atau tetap. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Wu (2007) dalam Kurniati (2019) yang mengatakan bahwa pasien dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dilaporkan memiliki efikasi diri dan perilaku perawatan diri yang baik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2017) yang menyatakan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh tingkat pendidikan 64 pekerjaan seseorang. Pendidikan dan pekerjaan yang tinggi berpengaruh pada 61

kemampuan seseorang dalam mengevaluasi dan menilai tindakan yang dilakukan.

Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori perawatan diri baik. Menurut Notoatmodjo (2007) setiap individu memiliki cara yang bervariasi dan berbeda dalam tindakan perawatan atau pencegahan penyakit meskipun gangguan kesehatannya sama, tetapi yang membedakannya tergantung dari nilai individu terhadap penyakit tersebut. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perawatan diri terdiri dari faktor internal faktor internal dalam perawatan diri terdiri dari nilai terkait penyakit, efikasi diri dan pengetahuan, sedangkan faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Hal ini dikarenakan responden sudah sangat lama menderita hipertensi sehingga bisa untuk melakukan perawatan diri dan sering mendapat edukasi perawatan diri dari petugas kesehatan. Selain itu tingkat pendidikan responden sebagian besar SMA juga mempengaruhi dalam perawatan diri secara mandiri dengan cara minum obat secara teratur, menjaga pola makan, mengukur tekanan darah apabila ke tempat pelayanan kesehatan. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa orang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi mempunyai manajemen perawatan diri yang lebih baik (Romdhane et al, 2012). Hal ini dapat diasumsikan bahwa jenjang pendidikan yang tinggi berkaitan dengan pengetahuan dan kesadaran terkait kesehatan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Arini (2019) bahwa sebagian besar responden melakukan aktifitas perawatan diri hipertensi dalam kategori cukup. Praktik perawatan diri yang bisa dilakukan oleh penderita hipertensi antara lain yaitu meminum obat secara teratur, tidak merokok, manajemen berat badan, diet rendah garam dan rendah lemak, melakukan aktifitas fisik dan tidak mengonsumsi alkohol (Labata et al, 2019).

Hubungan Efikasi Diri Dengan Tindakan Perawatan Diri

Hasil uji *spearman rho*, didapatkan $p=0,185$, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan tindakan perawatan diri. Bandura (1994) menyampaikan terdapat banyak bukti bahwa keberhasilan dan kesejahteraan manusia dapat dicapai dengan rasa

optimis, ketika dalam realita sosial banyak sekali tantangan hidup seperti hambatan, kesengsaraan, kemunduran, frustrasi dan ketidakadilan yang harus dihadapi. Seseorang harus mempunyai keyakinan keberhasilan yang kuat untuk dapat mempertahankan usahanya. Rasa efikasi diri yang tinggi akan menimbulkan daya tahan terhadap hambatan dan kemunduran dari setiap kesulitan yang ada. Orang yang mengalami kecemasan akan mudah terserang depresi. Sedangkan orang yang mempunyai rasa efikasi diri yang tinggi akan lebih mampu untuk melakukan berbagai usaha dan latihan serta mengontrol lingkungan sekitarnya.

Efikasi diri pada responden dalam kategori tinggi dan perawatan diri dalam kategori baik namun masih ditemukan dalam pertanyaan perawatan diri yaitu berolahraga dan menjaga pola makan yang jarang dilakukan oleh responden, jarang berolahraga di karenakan oleh faktor usia dan jenis pekerjaan, menjaga pola makan yang sulit dikendalikan di daerah Kandangan, masih banyak masyarakat khususnya responden yang menyukai makanan yang mengandung garam ataupun berlemak sehingga berpengaruh terhadap hipertensi yang mempengaruhi pengalaman keberhasilan dan kegagalan yang bisa menaikkan efikasi diri dan menurunkannya, dari uraian tersebut dijelaskan bahwa efikasi diri responden kurang berperan dalam mengoptimalkan perawatan diri. Hal ini diperkuat menurut Bandura karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman pribadi individu secara nyata yang berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman keberhasilan akan menaikkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya. Setelah efikasi diri yang kuat berkembang melalui serangkaian keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan yang umum akan berkurang. Bahkan kemudian kegagalan diatasi dengan usaha-usaha tertentu yang dapat memperkuat motivasi diri apabila seseorang menemukan lewat pengalaman bahwa hambatan tersulit pun dapat di atasi melalui usaha yang terus-menerus.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyatakan para responden yang memiliki percaya diri yang tinggi dilaporkan dapat melakukan manajemen perawatan diri hipertensi dan penelitian yang dilakukan oleh Huda (2017) yang menunjukkan bahwa *self efficacy* secara bermakna berhubungan dengan manajemen perawatan diri hipertensi. Hal ini berkaitan

dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang, dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Manuntung (2020), hasil penelitian diperoleh bahwa mayoritas responden DM Tipe 2 tingkat efikasi dirinya tinggi dan tingkat perilaku perawatan diri responden DM Tipe 2 mayoritas dalam kategori rendah.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar efikasi diri pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 69 orang (75%).
2. Sebagian besar tindakan perawatan diri pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan dalam kategori baik yaitu sebanyak 69 orang (75%)
3. Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan perawatan diri pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kandangan

SARAN

1. Bagi Puskesmas Kandangan
Diharapkan untuk petugas kesehatan Puskesmas Kandangan terutama pemegang program PTM (Hipertensi) agar lebih mengoptimalkan efikasi diri dan perawatan diri pada pasien hipertensi, agar efikasi diri dengan perawatan diri berjalan dengan seimbang untuk mencegahnya kekambuhan pada pasien hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Kandangan.

2. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat memafaatkan efikasi diri yang tinggi sebagai kekuatan dalam melakukan perawatan diri.

3. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar sebagai pengambil kebijakan diharapkan dapat merencanakan program dalam upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit kronis khususnya hipertensi

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jenis desain penelitian yang berbeda ataupun dapat mengambil variabel yang belum diteliti mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi tindakan perawatan diri pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, T, Kartika. 2019. Aktifitas Perawatan Diri pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, Vol. XII. No. 2
- Alligood, M.R., & Tomey, A.M. 2010. *Nursing Theorists and their work* (7th ed.). USA: Elsevier.
- Ghufron & Risnawita. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Harsono, J. 2017. Hubungan Efikasi Diri dengan Management Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi di Desa Pringapus Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang. Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
- Huda, S. 2017. Hubungan antara efikasi diri dengan Manajemen Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi Dewasa di Kabupaten Jepara. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, Vol. 2 No. 5
- Kurniawan, A., & Widodo, A. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Efikasi Diri dengan Pelayanan Kader Posyandu Lansia di Desa Mancasan Kecamatan Baki. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Mulyana, H dan Irawan, E. 2019. Gambaran Self Efficacy Penderita Hipertensi di Salah Satu Puskesmas di kota Bandung. *Jurnal.unsil.ac.id*, Vol 15 No. 1.

- Manuntung, A. 2020. Efikasi Diri dan Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Pahandut. *Adi Husada Nursing Journal*, Vol. 6, No.1.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prihatin, K, Suprayitna, M & Fatmawati, B.R. 2019. Motivasi Terhadap Efikasi Diri Dalam Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda* ,Vol.7, No.1
- Romdhane, H.B.,Ali, S.B.,Shikiri, H.,Traissac, P.,Bougatef, S.,Maire,B., Et Al. 2012. Hypertension Among Tunisian Adult: Result of the Tahina Project. *Hypertension Research*, 341-347
- Fauziah, Y & Syahputra, R. 2021. Hubungan antara Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara. *Journal of Midwifery Senior* ,Vol. 4 No. 2.
- WHO. 2015. Informasi Kesehatan. www.infokes.com.