

Hubungan Efikasi Diri Dengan Pola Makan Pada Pasien Hipertensi

Relationship Of Self-Efficacy With Diet On Hypertensive Patients

Raziansyah^{1*}, Novia Mulhimah Putri²

^{1,2}Stikes Intan Martapura, Indonesia

ABSTRAK

Pendahuluan Hipertensi adalah kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik atau tekanan darah diastolik $\geq 140/90$ mmHg. efikasi diri dapat digunakan untuk memprediksi perilaku hidup sehat seperti mengontrol pola makan. Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan pola makan pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1 Tahun 2019

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan asosiatif dengan pendekatan cross sectional, dengan populasi 1033 orang jumlah sampel 92 orang dengan teknik sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Pengumpulan data dengan menggunakan data primer dan sekunder

Hasil: Analisis data univariat dengan teknik asosiatif dan bivariat menggunakan uji chi-square. Didapatkan hasil $p = 0,002 \leq \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan (*significant*) antara efikasi diri dengan pola makan pada pasien hipertensi

Kesimpulan : Disarankan perlu adanya peningkatan dan merubah pola makan menjadi lebih baik sehingga tidak menimbulkan komplikasi

ABSTRACT

Introduction : Hypertension is a condition of increase in systolic blood pressure or diastolic blood pressure $\geq 140/90$ mmHg, self-efficacy can be used to predict healthy living behaviors such as controlling diet. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and diet in hypertensive patients in the Sungai Tabuk 1 Community Health Center work area in 2019.

Methods: This type of research used associative with cross sectional approach, with a population of 1033 people, a sample of 92 people using purposive sampling technique sampling. The instruments used in this study were questionnaire. Data collection using primary and secondary data.

Results: The results showed that the majority of respondents had moderate self-esteem as many as 82 respondents (74.5%), Aspects of acceptance of moderate self-esteem were 78 respondents (70.9%) and aspects of respect for low self-esteem were 81 respondents (73.6%).

Conclusion: Univariate data analysis with associative and bivariate techniques using the chi-square test. Obtained results $p = 0.002 \leq \alpha 0.05$ so H_0 is rejected and H_a is accepted which means there is a relationship (*significant*) between self-efficacy and diet in hypertensive patients.

Artikel :

Received: Agustus 2022

Accepted: September 2022

Kata kunci: pola makan, efikasi diri, hipertensi

Keyword: diet, self efficacy, hypertension

Kontak :

Raziansyah



razie.2014akper@gmail.com

Stikes Intan Martapura,
Indonesia

Cite this as : Raziansyah, Putri, N. M. (2021). Hubungan efikasi diri dengan pola makan pada pasien hipertensi . *Journal of Intan Nursing*, 1(2), 53 - 56.

PENDAHULUAN

Hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat dan akan menjadi masalah yang lebih besar jika tidak diatasi, dimana hipertensi adalah salah satu penyebab kematian nomor satu secara global (Susilo, 2011). Pentingnya untuk perubahan perilaku dalam menjaga pola

hidup sehat untuk mencegah kekambuhan atau peningkatan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Salah satu upaya adalah dengan peningkatan efikasi diri pada penderita hipertensi. Efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan yang menentukan bagaimana seseorang berfikir, memotivasi dirinya dan bagaimana akhirnya

memutuskan untuk melakukan sebuah perilaku untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Perilaku yang harus dapat dirubah oleh penderita adalah mengontrol pola makan, karena makanan merupakan salah satu bagian penting untuk kesehatan manusia mengingat setiap saat dapat saja terjadi penyakit-penyakit yang diakibatkan oleh makanan salah satunya hipertensi. (Rofi'ie, 2010 : 93)

Penelitian yang dilakukan Seymour dan Huber (2012), menunjukkan bahwa mendorong pasien untuk memiliki efikasi diri yang tinggi dalam kemampuan mereka untuk merawat serta menjaga tekanan darah tinggi untuk tetap stabil yang berpengaruh pada kepatuhan dalam perawatan diri mereka termasuk kepatuhan dalam menjaga pola makanan yang tidak sehat sehingga meningkatkan tekanan darah tinggi (Seymour dan Huber, 2012)

Berdasarkan data riset kesehatan dasar tahun 2018, beberapa penyakit tidak menular yang menjadi penyebab kematian di Kalimantan Selatan yaitu hipertensi yang mencapai 44,1%. Menurut

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian asosiatif atau penelitian hubungan maksudnya adalah penelitian yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar dua variabel atau lebih dengan teknik sampel yang digunakan yaitu *pourposive sampling*. Populasi sebanyak 1.033 orang dengan sampel berjumlah 92 responden.

Pengumpulan data penelitian menggunakan lembar kuesioner dengan metode wawancara kepada Pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk Kota 1. Hasil kuesioner

Profil Kesehatan Kabupaten Banjar Pada tahun 2017 Penderita hipertensi di Kabupaten Banjar mencapai 31.554 kasus. Puskesmas Sungai Tabuk 1 merupakan salah satu puskesmas di wilayah Kabupaten Banjar yang menduduki peringkat ketiga dengan angka kejadian hipertensi yaitu 2189 jiwa pada tahun 2017 (Profil Kesehatan Puskesmas Sungai Tabuk 1).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan wawancara kepada 10 pasien hipertensi yang berobat ke Puskesmas Sungai Tabuk 1 didapatkan data 5 orang yang menderita hipertensi mengetahui penyebab dari tekanan darah tinggi karena pola makan, namun mereka tetap tidak menjaga pola makan dengan alasan suka dengan makanan yang asin dan mengandung lemak, namun bagi 5 orang lainnya mengatakan lebih menjaga pola makannya karena ingin menjaga tekanan darah tingginya agar tetap normal. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Hubungan Efikasi Diri Dengan Pola Makan Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1"

berupa jawaban dari responden diubah menjadi data kuantitatif berupa skor nilai, kemudian data yang terkumpul tersebut dilakukan pengolahan. Langkah-langkah dalam pengolahan data tersebut melalui proses *editing* (penyuntingan data, lembar kode (*coding sheet*), memasukan data (*data entry*), Menyusun data dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan prosentase (*tabulating*) dan tabulasi data sesuai kuesioner.

Analisis data menggunakan distribusi frekuensi. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *deskriptif*.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Data Karakteristik Umum Responden

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Umur		
	26-35 tahun	26	28,3
	36-45 tahun	31	33,7
	46-55 tahun	32	34,8
	56-65 tahun	3	3,3
	TOTAL	92	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	54	58,7
	Perempuan	38	41,3
	TOTAL	92	100

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase(%)
3.	Pendidikan		
	Tidak Sekolah	3	3,3
	Tidak tamat SD	8	8,7
	SD	10	10,9
	SMP	39	42,4
	SMA	25	27,2
	PT	7	7,6
	TOTAL	92	100
4.	Pekerjaan		
	IRT	20	21,7
	Tani/Buruh	29	31,5
	Swasta	16	17,4
	Wiraswasta	17	18,5
	PNS	10	10,9
	TOTAL	92	100

Distribusi frekuensi pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa responden mempunyai karakteristik umum yaitu umur mayoritas 46-55 sebanyak 32 orang (34,8%), jenis kelamin mayoritas

laki-laki sebanyak 54 orang (58,7%), pendidikan mayoritas SMP sebanyak 39 orang (42,4%) dan pekerjaan mayoritas tani/buruh sebanyak 29 orang (31,5%).

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Pola Makan Pasien Hipertensi.

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Pola makan		
	Baik	40	43,5
	Cukup	52	56,5
	TOTAL	92	100
2.	Efikasi diri		
	Sangat yakin	24	26,1
	Cukup yakin	68	73,9
	TOTAL	92	100

Distribusi frekuensi pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden

cukup sebanyak 52 orang (56,5%), efikasi diri mayoritas cukup yakin sebanyak 68 orang (73,9%),

Tabel 3 : Hubungan antara Efikasi Diri dengan Pola Makan pasien Hipertensi

No	Efikasi Diri	Pola Makan		Total	Nilai P
		Baik	Cukup		
1	Sangat Yakin	17 (18%)	7 (8%)	24 (26%)	0,002
2	Cukup Yakin	23 (25%)	45 (49%)	68 (74%)	
	Total	40 (43%)	52 (57%)	92 (100%)	
P = 0,002 p < α (5%)					

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa mayoritas responden cukup yakin dengan pola makan cukup yaitu sebanyak 45 orang (49%) hasil uji bivariate

didapatkan hasil p value = 0.002 yang artinya ada hubungan signifikan antara efikasi diri dan pola makan. bahwa mayoritas responden memiliki penerimaan diri

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dilihat dari segi usia paling banyak usia responden hipertensi adalah rentang 46-55 tahun sebanyak 32 orang

(34,8%), dilihat dari segi jenis kelamin adalah responden yang paling banyak laki-Laki yaitu sebanyak 54 (58,7%, dari segi tingkat pendidikan terakhir mayoritasnya responden SMP yaitu

sebanyak 39 (42,4%) dan dari segi tingkat pekerjaan dapat diketahui bahwa mayoritas pekerjaan responden sebagai Tani/Buruh yaitu sebanyak 29 (31,5%) responden.

Berdasarkan hasil penelitian dilihat dari segi pola makan mayoritas pola makan responden berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 52 (56,5%) responden, dilihat dari segi efikasi diri pasien hipertensi bahwa mayoritas efikasi diri responden berada pada kategori cukup yakin, yaitu sebanyak 68 (73,9%) responden dan dilihat dari segi hubungan antara efikasi diri dengan pola makan pasien hipertensi berada pada kategori cukup.

KESIMPULAN

Pola makan pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1, mayoritas berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 52 (56,5%) responden, Efikasi diri pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1, mayoritas berada pada kategori cukup yakin yaitu sebanyak 68 (73,9%) responden dan berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,002$. Dengan nilai $p < (\alpha = 0,05)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan (*significant*) antara efikasi diri dengan pola makan pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1.

SARAN

Diharapkan kepada responden untuk merubah gaya hidupnya kearah yang lebih sehat, terutama keyakinan dalam menjaga pola makan berlemak dan berkadar garam tinggi dan mematuhi program pengobatan.

DAFTAR PUSTAKA

- BALITBANGKES. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Kementrian Kesehatan.
- Bruner & suddarth. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8 vol 3. Jakarta : EGC
- Corwin. (2009). *Hipertensi*. Jakarta :EGC
- Depkes RI, 2009. *Profil Kesehatan Indonesia 2008*.<http://www.depkes.go.id>.
- Dinkes Kabupaten Banjar. Data penyakit tidak menular tahun 2016.
- Findlow, J. W., Seymour, R. (2012). Prevalence rates of hypertension self care activities among African American. *Journal of the*

national medical association, 103(6), 503-512.

- Kemenkes RI. (2014). *Infodatin: Hipertensi*. Jakarta: Pusat Data dan informasi kementrian kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar 2013. Jakarta, 2013.
- Kemenkes. Riset kesehatan dasar: Pokok-pokok hasil Riskesdas dalam angka Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2013. Jakarta, 2013.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia; 2013.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Profil Kesehatan Puskesmas Sungai Tabuk Kota 1 2017
- Ramayulis. (2008). *Menu dan Resep Untuk Penderita Hipertensi*, Penebar Plus. Jakarta.
- Rofi'ie, M. (2010). *Ragam Menu Sehat Untuk Hipertensi*. Jogjakarta: Bukubiru.
- Sulistyaningsih H. (2011) *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Penerbit Graha Ilmu Ruko Jambusari No 7A Yogyakarta, pp.52.
- Udjianti, Wajan. 2011. *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sunardi, Tuti. 2011. *Hidangan Sehat untuk Penderita Hipertensi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Susilo, Y & wulandary, A (2011). *Cara jitu mengatasi hipertensi*, Yogyakarta : C.V Andi offset