

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP

SEHAT PADA PENDERITA HIPERTENSI

DI PUSKESMAS KLATAK

BANYUWANGI

TAHUN 2022



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI

TAHUN 2022

SKRIPSI
HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP
SEHAT PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS KLATAK
BANYUWANGI
TAHUN 2022

Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S-1 Keperawatan STIKes Banyuwangi



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
TAHUN 2022

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil tulis ilmiah saya sendiri dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kepatuhan Gaya
Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi
di Puskesmas Klatak**

Tahun 2022

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, 14 April 2022

Yang membuat pernyataan



Nama: Titania Afni Tasyabela

Nim: 201802046

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : Titania Afni Tasyabela

NIM : 201802046

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :

“Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Klatak Tahun 2022”

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi, September 2022

Pembuat Pernyataan



Titania Afni Tasyabela

201802046

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:
**Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kepatuhan Gaya
Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi
di Puskesmas Klatak
Tahun 2022**

TITANIA AFNI TASYABELA

NIM: 2018.02.046

Skripsi telah disetujui

Pada tanggal, September 2022

Oleh:

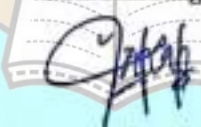
Pembimbing I



Ns. Fajri Andi Rahmawan, M.Kep

NIK: 06.088.0414

Pembimbing II



Ns. Yulifah Salistia Budi, M.Kep

NIK: 06.014.1007

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. Sholihin, M.Kep

NIK: 06.005.0906

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kepatuhan Gaya

Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi

di Puskesmas Klatak

Tahun 2022

Diajukan oleh

Nama : Titania Afni Tasyabela

Nim : 201802046

Telah Diuji Dihadapan Tim Penguji Pada

Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Pada Tanggal, September 2022

TIM PENGUJI

Penguji I

Ns. Atik Pramesti W, M.Kep

(.....)

Penguji II

Anang Satrianto, S.Kep

(.....)

Penguji III

Ns. Fajri Andi Rahmawan, M.Kep

(.....)

Mengetahui,

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi



R. H. Soekardjo
NUPN: 9907159603



ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KLATAK TAHUN 2022

Oleh : Titania Afni Tasyabela
Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Banyuwangi

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan sistolik >140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg. Hipertensi juga biasa dikenal dengan sebutan “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam. Salah satu faktor penyebabnya adalah kepatuhan gaya hidup sehat yang didukung *self efficacy* pada penderitanya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada penderita hipertensi di Puskesmas Klatak Banyuwangi tahun 2022.

Desain penelitian menggunakan *Correlation Study* dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*. Populasi penelitian sebanyak 42 responden penderita hipertensi dan sebanyak 38 responden dipilih dengan teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*. Variabel independent adalah *self efficacy* penderita hipertensi dan variabel dependent adalah kepatuhan gaya hidup sehat penderita hipertensi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *self efficacy* dan kuesioner kepatuhan gaya hidup sehat.

Self efficacy didapatkan sebagian besar pada kategori tinggi sebanyak 31 responden (81,6%). Sedangkan kepatuhan gaya hidup sehat sebagian besar pada kategori tinggi sebanyak 27 responden (71,1%). Hasil analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Rank Spearman* dengan menggunakan SPSS 25 for windows, diperoleh nilai *sig. (2-tailed)* 0,001 yang artinya ($P < 0,005$) maka hipotesis alternative (H_a) diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada penderita hipertensi di puskesmas Klatak Tahun 2022. Dengan keeratan hubungan positif 0,510 menunjukkan korelasi kekuatan sedang dan searah. Dukungan keluarga dan motivasi orang sekitar diperlukan untuk meningkatkan *self efficacy* dengan kepatuhan gaya hidup sehat. Semakin tinggi *self efficacy* penderita hipertensi maka semakin tinggi kepatuhan gaya hidup sehat.

Kata kunci : Hipertensi, Kepatuhan Gaya Hidup Sehat, *Self Efficacy*.

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF EFFICACY AND HEALTHY LIFESTYLE ADHERENCE OF HYPERTENSION PATIENTS AT KLATAK PUBLIC HEALTH CENTER 2022

By: Titania Afni Tasyabela

Bachelor of Nursing Study Program, STIKES Banyuwangi

Hypertension is a condition where the systolic pressure >140 mmHg and diastolic >90 mmHg. It is also commonly known as the "silent killer". One of the contributing factors is adherence to a healthy lifestyle that is supported by self-efficacy in sufferers. This study aimed to determine the correlation between self-efficacy and healthy lifestyle adherence of patients with hypertension at Klatak Public Health Center Banyuwangi in 2022.

The research design used a Correlation Study with a Cross Sectional research design. The research population was 42 respondents with hypertension and 38 respondents were selected using accidental sampling technique. The independent variable was self-efficacy of patients with hypertension and the dependent variable was healthy lifestyle adherence of patients with hypertension. The research instrument used a self-efficacy and a healthy lifestyle adherence questionnaire.

Self efficacy was obtained mostly in the high category as many as 31 respondents (81.6%). Meanwhile, healthy lifestyle adherence was mostly in the high category as many as 27 respondents (71.1%). The results of data analysis used the Spearman Rank statistical test using SPSS 25 for windows, the sig value was obtained. (2-tailed) 0.001 which means ($P < 0.005$), the alternative hypothesis (H_a) was accepted and H_0 was rejected, which mean that there was correlation between self-efficacy and healthy lifestyle adherence of patients with hypertension at Klatak Public Health Center Banyuwangi in 2022 with a close positive relationship 0.510 showed medium and unidirectional strength correlation. Family support and motivation from people around are needed to increase self-efficacy and adherence to a healthy lifestyle. The higher the self-efficacy of hypertension sufferers, the higher the adherence to a healthy lifestyle.

Keywords: Hypertension, Healthy Lifestyle Adherence, Self Efficacy.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan BimbinganNya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Klatak Banyuwangi Tahun 2022” dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep). Pada program studi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi.

Bersama ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. H. Soekardjo, S.Kep, MM, selaku Ketua STIKES Banyuwangi yang telah member kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi.
2. Ns. Sholihin., M.Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada kami untuk menyelesaikan perkuliahan di Program Studi S1 Keperawatan.
3. Ns. Fajri Andi Rahmawan, M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Yulifa Salistia Budi, M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Kepada Kedua Orang Tua saya yang telah memberikan dukungan, baik moril dan materiil kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini untuk menempuh Program Studi S1 Keperawatan.
6. Muhammad Aldo Wilianto yang telah banyak memberikan semangat kepada penulis, sehingga penulis segera menyelesaikan skripsi ini.
7. Chikita Putri, Alenia Dwi, Erika Riski, Mayada, Lavenia serta mahasiswa STIKES Banyuwangi dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Kami penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, tetapi kami berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi keperawatan.

Banyuwangi, 14 April 2022

Penulis



TITANIA AFNI TASYABELA

2018.02.046

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Pernyataan Tentang Orisinalitas	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar Pengesahan Penguji	iv
Abstrak	v
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Bagan	xiii
Daftar Singkatan.....	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Teoritis	5
1.4.2 Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Hipertensi	7
2.1.1 Pengertian Hipertensi	7
2.1.2 Jenis-Jenis Hipertensi	7
2.1.3 Etiologi Hipertensi.....	8
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi	11
2.1.5 Manifestasi Klinis Hipertensi	13
2.1.6 Penatalaksanaan Hipertensi	14
2.1.7 Komplikasi Hipertensi.....	17
2.2 Konsep <i>Self Efficacy</i>	19
2.2.1 Definisi <i>Self Efficacy</i>	19

2.2.2 Aspek <i>Self Efficacy</i>	20
2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	22
2.2.4 Fungsi <i>Self Efficacy</i>	24
2.2.5 Pengukuran <i>Self Efficacy</i>	26
2.3 Konsep Kepatuhan	27
2.3.1 Definisi Kepatuhan Penatalaksanaan	27
2.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Penatalaksanaan	27
2.4 Konsep Gaya Hidup Sehat	28
2.4.1 Definisi Gaya Hidup Sehat	28
2.4.2 Indikator Gaya Hidup Sehat	29
2.4.3 Pengukuran Gaya Hidup Sehat	32
2.5 Tabel Sintesis	33
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konseptual.....	36
3.2 Hipotesis Penelitian	37
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	38
4.2 Kerangka Kerja.....	39
4.3 Populasi, Sampel, dan Tehnik Sampling	40
4.3.1 Populasi	40
4.3.2 Sampel Penelitian	40
4.3.3 Teknik Sampling	40
4.4 Kriteria Inklusi dan Ekslusi	41
4.5 Variabel Penelitian	41
4.5.1 Variabel Bebas (<i>Independent</i>)	41
4.5.2 Variabel Terikat (<i>Dependent</i>).....	42
4.6 Definisi Operasional	42
4.7 Pengumpulan Data	43
4.7.1 Instrumen Penelitian	43
4.7.2 Prosedur Pengumpulan Data	44
4.7.3 Waktu dan Tempat Penelitian	45

4.7.4 Cara Analisis dan Pengolahan Data	45
4.8 Analisa Data	45
4.9 Etika Penelitian	46
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	53
5.1 Hasil Penelitian	53
5.1.1 Data Demografi	53
5.1.2 Karakteristik Umum Responden	55
5.1.3 Karakteristik Khusus Responden	57
5.1.4 Tabulasi Silang <i>Self Efficacy</i> dengan Kepatuhan gaya hidup	59
5.1.5 Uji <i>Rank Spearman</i>	59
5.2 Pembahasan	60
5.2.1 <i>Self Efficacy</i> Pada Penderita Hipertensi	62
5.2.2 Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi.....	65
5.2.3 Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Klatak Tahun 2022	66
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	69
6.1 Kesimpulan.....	69
6.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 4.2 Kerangka Kerja	29
Tabel 4.6 Definisi Operasional	33



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konseptual.....	26
Bagan 4.2 Kerangka Kerja	29



DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
CHF	: <i>Congestive Heart Failure</i>
TDS	: Tekanan Darah Sistolik
TDD	: Tekanan Darah Diastolik
IMT	: Indeks Masa Tubuh



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Matriks Proposal dan Skripsi
- Lampiran 2 Persetujuan Pengajuan Judul Skripsi PPPM STIKes Banyuwangi
- Lampiran 3 Surat Permohonan Data Awal PPPM STIKes Banyuwangi
- Lampiran 4 Surat Balasan Dinas Kesehatan Banyuwangi
- Lampiran 5 Surat Permohonan Pengantar Ke Puskesmas Klatak
- Lampiran 6 Surat Balasan Puskesmas Klatak
- Lampiran 7 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Kuesioner *Self Efficacy Warren-findlow & Huber*, (2013)
- Lampiran 9 Lembar Kuesioner Kepatuhan Gaya Hidup Sehat (Risksdas, 2013)
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi
- Lampiran 11 Lembar Revisi Proposal
- Lampiran 12 Surat Etik
- Lampiran 13 Surat Pengantar Penelitian Dinas Kesehatan
- Lampiran 14 Permohonan Penelitian Kepala Puskesmas Klatak
- Lampiran 15 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 16 Lembar Tabulasi Data
- Lampiran 17 Hasil Korelasi *Self Efficacy* dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Klatak Tahun 2022
- Lampiran 18 Crosstab Data Umum
- Lampiran 19 Crosstab Data Khusus
- Lampiran 20 Dokumentasi