

Analisis Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo

Rahmawati Abd Gani
Lintje Boekoesoe
Laksmyn Kadir

Universitas Negeri Gorontalo
Universitas Negeri Gorontalo
Universitas Negeri Gorontalo

The researchers aimed to assess the self-perceived abilities of local residents within the service area of Sipatana Health Center in Gorontalo City concerning their impact on combating hypertension. This study utilized a cross-sectional methodology with correlational analysis. A total of seventy-two participants were purposively sampled using the Slovin method. Chi-square and linear regression analyses were employed. The results revealed a significant association between self-efficacy and hypertension rates in the catchment area of Sipatana Public Health Center in Gorontalo City ($p=0.004$).

Furthermore, factors such as gender ($p=0.005$), higher educational attainment ($p=0.014$), adopting a healthy lifestyle ($p=0.005$), maintaining high medication adherence ($p=0.022$), engaging in moderate physical activity ($p=0.003$), refraining from smoking ($p=0.045$), having a normal weight ($p=0.000$), and having mild obesity ($p=0.041$) were found to influence the relationship between self-efficacy and the prevalence of hypertension.

When controlling for medication adherence, physical activity, and obesity, the study showed that self-efficacy has a positive correlation with hypertension prevalence (F count 10.844, p value 0.000, R 0.569, R Squared 0.324). In summary, medication adherence, physical activity, and obesity collectively contribute to the 32.4% positive correlation observed between self-efficacy and hypertension within the Sipatana Health Center's catchment area in Gorontalo City.

PENDAHULUAN

Prevalensi penyakit tidak menular (PTM) telah muncul sebagai ancaman utama bagi kesehatan masyarakat pada semua skala. WHO (2017) memperkirakan bahwa dua pertiga populasi penderita hipertensi duniaberada di negara-negara miskin. Diperkirakan sekitar 1,5 juta orang diAsia Tenggara meninggal setiap tahun karena penyebab terkait hipertensi(Hasnawati, 2021).

Kementerian Kesehatan (2014) melaporkan bahwa 90-95% kasus hipertensi tidak diketahui penyebabnya, padahal American Heart Association (AHA) memperkirakan terdapat 74,5 juta orang Amerika berusia di atas 20 tahun yang menderita hipertensi. Menurut perkiraan dari Lancet, akan ada 107,3 juta orang di India dengan hipertensi pada tahun 2025, meningkat 56 persen dari 60,4 juta pada tahun 2020. Pada tahun 2020, 98,5% penduduk China menderita hipertensi. Diperkirakan akan mencapai 151,7 juta pada tahun 2025, meningkat 65% dari level saat ini. Kasus hipertensi diproyeksikan akan tumbuh dari tingkat saat ini 38,4 juta pada tahun 2000 menjadi 67,3 juta pada tahun 2025, meningkat 57%. Informasi ini menunjukkan bahwa hipertensi menimbulkan risiko bagi umat manusia secara keseluruhan.

Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo mendata 23.684 penderita hipertensi pada tahun 2018, dengan

konsentrasi tertinggi di Kota Gorontalo (12.263), diikuti Kabupaten Gorontalo (4.225), Gorontalo Utara (2.808), Bone Bolango (2.186), Boalemo (1.362), dan Pohuwato (840). Penderita hipertensi banyak terdapat di Puskesmas Sipatana yang merupakan salah satu Puskesmas di Kota Gorontalo (6.284 kasus pada tahun 2018). Kajian awal yang dilakukan pada tahun 2020 di Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo didapatkan penderita hipertensi pada bulan Januari sebanyak 141 orang, pada bulan Februari sebanyak 265 orang, dan bulan Maret sebanyak 167 orang.

Usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor risiko yang tidak dapat diubah/dikendalikan), dan faktor gaya hidup seperti merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan minyak jelantah, kebiasaan konsumsi minuman beralkohol, obesitas, kekurangan fisik aktivitas, stres, dan penggunaan estrogen semuanya berperan dalam perkembangan hipertensi.

Karena hipertensi adalah kondisi sistemik, kondisi ini dapat memburuk seiring berjalannya waktu. Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seberapa baik pasien hipertensi merawat dirinya. Mengelola hipertensi sangat bergantung pada rasa efektivitas diri sendiri. Jika seseorang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, ia lebih cenderung merawat dirinya dengan baik. Dunia nyata menunjukkan bahwa penderita hipertensi berbeda dengan penderita PTM lainnya. Pasien terus melakukan rutinitas sehari-hari, terkadang sampai lupa bahwa mereka tidak sehat (Wardhani dan Murdiany, 2019).

Jenis kelamin, pendidikan, gaya hidup, kepatuhan minum obat, dan aktivitas fisik merupakan determinan Self Efficacy terhadap prevalensi hipertensi. Kemandirian diri seseorang mengacu pada keyakinan mereka pada kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas, bahkan ketika menghadapi tantangan. Studi lain menemukan bahwa wanita gemuk kurang percaya diri dalam kemampuan mereka untuk melakukan latihan fisik dibandingkan dengan rekan mereka dengan berat badan normal.

METODE

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif yang menggunakan pendekatan cross-sectional dengan desain analisis korelasional. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sipatana, Kota Gorontalo, selama bulan November hingga Desember 2022. Populasi penelitian terdiri dari semua individu yang telah terdaftar sebagai penderita hipertensi mulai dari Januari hingga Oktober 2022, dengan total populasi sebanyak 251 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode Purposive Sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 72 orang yang dihitung berdasarkan rumus Slovin.

Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui pengisian lembar observasi dan kuesioner penelitian yang mencakup aspek self efficacy, tekanan darah, jenis kelamin, tingkat pendidikan, gaya hidup, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, perilaku merokok, dan obesitas. Sementara itu, data sekunder merupakan informasi yang diperoleh dari Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo dan sumber pustaka lain yang relevan, seperti buku teks, skripsi, tulisan ilmiah, jurnal, artikel, dan lain sebagainya. Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah pengolahan data yang melibatkan proses editing, coding, tabulasi, dan pembersihan data. Analisis data dilakukan dalam tiga tahap, yaitu analisis univariat, analisis bivariat, dan analisis multivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi dan frekuensi setiap variabel. Analisis bivariat melibatkan penggunaan uji chi-square, sementara analisis multivariat menggunakan metode analisis regresi linear.

HASIL

Self Efficacy	Kejadian Hipertensi	Total	ρ value
---------------	---------------------	-------	--------------

	Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
	n	%	n	%			
Tinggi	16	22,2	20	27,8	36	50,0	0,004
Rendah	28	38,9	8	11,1	36	50,0	
Jumlah	44	61,1	28	38,9	72	100,0	

Table 1. Analisis Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Dari tabel tersebut, dapat dilihat bahwa dari total 72 responden, sebanyak 44 orang (61,1%) mengalami hipertensi. Dari mereka yang mengalami hipertensi, 16 orang (22,2%) memiliki tingkat self efficacy yang tinggi, sedangkan 28 orang (38,9%) memiliki tingkat self efficacy yang rendah. Di sisi lain, dari 28 orang (38,9%) responden yang tidak mengalami hipertensi, 20 orang (27,8%) memiliki tingkat self efficacy yang tinggi, dan 8 orang (11,1%) memiliki tingkat self efficacy yang rendah. Hasil uji chi square menunjukkan ρ value sebesar 0,004 ($< \alpha$ 0,05), yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat self efficacy dan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo.

Jenis Kelamin	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Laki-laki	Tinggi	8	22,9	8	22,9	16	45,7	0,005
	Rendah	18	51,4	1	2,9	19	54,3	
Jumlah		26	74,3	9	25,7	35	100,0	
Perempuan	Tinggi	8	21,6	12	32,4	20	54,1	0,254
	Rendah	10	27,0	7	18,9	17	45,9	
Jumlah		18	48,6	19	51,4	37	100,0	

Table 2. Analisis Jenis Kelamin terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hasil uji chi square menunjukkan bahwa pada kelompok berjenis kelamin laki-laki, ρ value sebesar 0,005 ($< \alpha$ 0,05), sementara pada kelompok berjenis kelamin perempuan, ρ value sebesar 0,254 ($> \alpha$ 0,05). Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa individu yang berjenis kelamin laki-laki cenderung memiliki tingkat self efficacy yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang berjenis kelamin perempuan, sehingga mereka lebih sedikit mengalami hipertensi.

Tingkat Pendidikan	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Pendidikan dasar	Tinggi	4	25,0	0	0,0	4	25,0	1,000
	Rendah	10	62,5	2	12,5	12	75,0	
Jumlah		14	87,5	2	12,5	16	100,0	
Pendidikan menengah	Tinggi	12	27,9	11	25,6	23	53,5	0,206
	Rendah	15	34,9	5	11,6	20	46,5	
Jumlah		27	62,8	16	37,2	43	100,0	
Pendidikan tinggi	Tinggi	0	0,0	9	69,2	9	69,2	0,014
	Rendah	3	23,1	1	7,7	4	30,8	
Jumlah		3	23,1	10	76,9	13	100,0	

Table 3. Analisis Tingkat Pendidikan terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat

pendidikan dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hasil uji chi square menunjukkan bahwa pada kelompok dengan tingkat pendidikan tinggi, ρ value sebesar 0,014 ($< \alpha$ 0,05), sementara pada kelompok dengan tingkat pendidikan dasar (SD-SMP), ρ value sebesar 1,000 ($> \alpha$ 0,05), dan pada kelompok dengan tingkat pendidikan menengah (SMA), ρ value sebesar 0,206 ($> \alpha$ 0,05). Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat self efficacy yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang berpendidikan dasar (SD-SMP) dan pendidikan menengah (SMA), sehingga mereka lebih sedikit mengalami hipertensi.

Gaya Hidup	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Baik	Tinggi	7	18,4	19	50,0	26	68,4	0,000
	Rendah	11	28,9	1	2,6	12	31,6	
	Jumlah	18	47,4	20	52,6	38	100,00	
Tidak baik	Tinggi	9	26,5	1	2,9	10	29,4	0,385
	Rendah	17	50,0	7	20,6	24	70,6	
	Jumlah	26	76,5	8	23,5	34	100,0	

Table 4. Analisis Gaya Hidup terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Dari tabel yang telah disajikan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara gaya hidup dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hal ini tercermin dari hasil uji chi-square yang menunjukkan bahwa individu dengan gaya hidup yang baik memiliki nilai ρ sebesar 0,005 ($< \alpha$ 0,05), sementara individu dengan gaya hidup yang tidak baik memiliki nilai ρ sebesar 0,385 ($> \alpha$ 0,05). Hasil ini dapat diartikan bahwa individu yang menjalani gaya hidup yang baik cenderung memiliki tingkat self efficacy yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang menjalani gaya hidup yang tidak baik. Hal ini juga berkontribusi pada rendahnya risiko terkena hipertensi pada individu dengan gaya hidup yang baik.

Kepatuhan Minum Obat	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Tinggi	Tinggi	0	0,0	14	82,4	14	82,4	0,022
	Rendah	2	11,8	1	5,9	3	17,6	
	Jumlah	2	11,8	15	88,2	17	100,0	
Sedang	Tinggi	8	30,8	5	11,5	13	50,0	0,673
	Rendah	10	38,5	3	11,5	13	50,0	
	Jumlah	18	69,2	8	30,8	26	100,0	
Rendah	Tinggi	8	27,6	1	3,4	9	31,0	1,000
	Rendah	16	55,2	4	13,8	20	69,0	
	Jumlah	24	82,8	5	17,2	29	100,0	

Table 5. Analisis Kepatuhan Minum Obat terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan minum obat dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hal ini terlihat dari hasil uji chi-square yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kepatuhan minum obat yang tinggi memiliki nilai ρ sebesar 0,022 ($< \alpha$ 0,05), sementara individu dengan tingkat kepatuhan minum obat yang sedang memiliki nilai ρ sebesar 0,673 ($> \alpha$ 0,05), dan individu dengan tingkat kepatuhan minum obat yang rendah memiliki nilai ρ sebesar 1,000 ($> \alpha$ 0,05). Hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa individu yang memiliki tingkat kepatuhan minum obat yang tinggi cenderung memiliki tingkat self efficacy yang lebih baik

dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat kepatuhan minum obat yang sedang atau rendah. Tingkat self efficacy yang lebih baik kemungkinan berkontribusi pada rendahnya risiko terkena hipertensi pada individu dengan tingkat kepatuhan minum obat yang tinggi.

Aktivitas Fisik	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Ringan	Tinggi	10	37,0	2	7,4	12	44,4	1,000
	Rendah	13	48,1	2	7,4	15	55,6	
	Jumlah	23	85,2	4	14,8	27	100,0	
Sedang	Tinggi	6	13,3	18	40,0	24	53,3	0,003
	Rendah	15	33,3	6	13,3	21	46,7	
	Jumlah	21	46,7	24	53,3	45	100,0	

Table 6. Analisis Aktivitas Fisik terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hal ini terlihat dari hasil uji chi-square yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat aktivitas fisik tingkat sedang memiliki nilai ρ sebesar 0,003 ($< \alpha 0,05$), sementara individu dengan tingkat aktivitas fisik ringan memiliki nilai ρ sebesar 1,000 ($> \alpha 0,05$). Hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa individu yang memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat self efficacy yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah. Tingkat self efficacy yang lebih baik kemungkinan berkontribusi pada rendahnya risiko terkena hipertensi pada individu dengan tingkat aktivitas fisik yang tinggi.

Perilaku Merokok	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Merokok	Tinggi	9	23,1	7	17,9	16	41,0	0,146
	Rendah	19	48,7	4	10,3	15	59,0	
	Jumlah	28	71,8	11	28,2	39	100,0	
Tidak Merokok	Tinggi	7	21,2	13	39,4	20	60,6	0,045
	Rendah	9	27,3	4	12,1	13	39,4	
	Jumlah	16	48,5	17	51,5	33	100,0	

Table 7. Analisis Merokok terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hal ini terlihat dari hasil uji chi-square yang menunjukkan bahwa individu yang memiliki perilaku merokok memiliki nilai ρ sebesar 0,146 ($> \alpha 0,05$), sementara individu yang tidak merokok memiliki nilai ρ sebesar 0,045 ($> \alpha 0,05$). Hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa perilaku merokok tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hubungan antara tingkat self efficacy dan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo.

Obesitas	Self Efficacy	Kejadian Hipertensi				Total		ρ value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
		n	%	n	%			
Normal/Tidak Obesitas	Tinggi	7	22,6	11	35,5	18	58,1	0,000
	Rendah	13	41,9	0	0,0	13	41,9	
	Jumlah	20	64,5	11	35,5	31	100,0	
Obesitas Ringan	Tinggi	6	20,7	7	24,1	13	44,8	0,041
	Rendah	14	48,3	2	6,9	16	55,2	

Jumlah	20	69,0	9	31,0	29	100,0		
Obesitas Berat	Tinggi	3	25,0	2	16,7	5	41,7	0,222
	Rendah	1	8,3	6	50,0	7	58,3	
Jumlah	4	33,3	8	66,7	12	100,0		

Table 8. Analisis Obesitas terhadap Hubungan Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara obesitas dan tingkat self efficacy dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa pada individu dengan berat badan normal atau tidak mengalami obesitas, nilai ρ adalah 0,000 ($< \alpha$ 0,05), pada individu dengan obesitas tingkat ringan, nilai ρ adalah 0,041 ($< \alpha$ 0,05), sementara pada individu dengan obesitas berat, nilai ρ adalah 0,222 ($> \alpha$ 0,05). Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa individu yang memiliki berat badan normal memiliki tingkat self efficacy yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang mengalami obesitas, baik tingkat ringan maupun berat. Hal ini berkontribusi pada tidak mengalami hipertensi.

Variabel	Standarized Coefficients (β)	F hitung	ρ value	R	R Square
Kepatuhan Minum Obat	0,422	10,844	0,000	0,569	0,324
Aktivitas Fisik	0,283				
Obesitas	0,306				

Table 9. Analisis Multivariat Variabel yang Berpengaruh terhadap Hubungan antara Self Efficacy dengan Kejadian Hipertensi

Dari tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa keempat variabel yaitu kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan obesitas memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat self efficacy dan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Hal ini didukung oleh nilai F hitung sebesar 10,844 ($> F$ tabel 2,74) dan ρ value sebesar 0,000 ($< \alpha$ 0,05). Selain itu, nilai R sebesar 0,569 mengindikasikan adanya korelasi yang cukup kuat antara ketiga variabel tersebut dalam tingkat signifikansi yang sedang. Lebih lanjut, hasil analisis menunjukkan bahwa sekitar 32,4% dari variasi dalam tingkat self efficacy dan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo dapat dijelaskan oleh variabel-variabel kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan obesitas. Sementara itu, sekitar 67,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dimasukkan sebagai variabel kontrol dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Hipertensi terbukti berhubungan dengan rendahnya self-eficacy pegawai di Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Tingkat self-eficacy yang lebih rendah terkait dengan risiko yang lebih tinggi terkena hipertensi, menurut korelasi yang dihipotesiskan antara kedua variabel.

Dalam penelitiannya terhadap penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan Provinsi DKI Jakarta, Dewi et al. (2020) menemukan korelasi antara efikasi diri dan kepatuhan perawatan diri. ρ -nilai = 0,000 ($< 0,05$). Mereka yang percaya pada kemampuan mereka sendiri untuk menghasilkan penyesuaian yang menguntungkan dalam perilaku kesehatan mereka lebih mungkin melakukannya. Rasa kemanjuran seseorang adalah fitur kuat yang dapat digunakan untuk menjelaskan dan memprediksi tindakan terkait kesehatan mereka.

Ogedegbege, dikutip dalam Djamaluddin dkk. (2022), berpendapat bahwa rasa efikasi diri seseorang adalah dasar dari dorongan, kebahagiaan, dan kesuksesan mereka. Suasana hati, pandangan, tingkat motivasi, dan tindakan seseorang semuanya dapat diprediksi oleh tingkat efikasi dirinya. Pasien dengan kondisi kronis, seperti hipertensi, sering melaporkan bahwa self-efficacy adalah satu-satunya faktor terpenting dalam mempengaruhi perubahan perilaku positif seperti peningkatan kepatuhan pengobatan. Bender & Ingram (2018) berpendapat bahwa mereka yang memiliki kesadaran yang kuat akan keefektifannya sendiri akan lebih menjaga dirinya sendiri. Penderita hipertensi terbukti memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Orang dengan hipertensi yang percaya diri lebih mampu mengambil alih perawatan kesehatan mereka sendiri.

Peneliti berpendapat self-efficacy dalam hipertensi memiliki banyak segi dan mungkin berdampak pada berbagai aspek kehidupan seseorang. Kecenderungan seseorang untuk mendidik diri mereka sendiri tentang hipertensi dapat dipengaruhi oleh tingkat self-efficacy mereka. Orang-orang yang percaya pada kecerdasan mereka sendiri cenderung lebih proaktif dalam pencarian mereka untuk belajar tentang penyakit mereka. Akibatnya, orang akan lebih siap untuk mengendalikan hipertensi mereka. Kurangnya kepercayaan pada kemampuan seseorang untuk mengendalikan hipertensi dapat mengurangi kemungkinan bahwa pasien akan minum obat sesuai petunjuk. Dosis yang tidak merata atau kepatuhan yang tidak tepat terhadap rejimen pengobatan dapat membahayakan manajemen tekanan darah. Sebaliknya, mereka yang memiliki self-efficacy yang kuat lebih mungkin untuk mematuhi rencana pengobatan yang diresepkan oleh dokter mereka. Efikasi diri merupakan faktor penting dalam mengelola hipertensi karena meningkatkan kemungkinan seseorang mengadopsi dan mempertahankan gaya hidup sehat. Orang yang percaya diri lebih cenderung melakukan perilaku sehat seperti pergi ke gym secara teratur, makan lebih sedikit garam, dan tidak merokok, yang semuanya berdampak positif pada tekanan darah.

Jenis kelamin terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Menurut temuan penelitian, laki-laki dan perempuan di Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda terhadap kemampuannya dalam mengatasi hipertensi. Laki-laki diasumsikan memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi daripada perempuan, membuat mereka lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami hipertensi.

Studi Sandra (2020) tentang perbedaan gender dalam efikasi diri menunjukkan bahwa responden laki-laki lebih cenderung melaporkan tingkat efikasi diri yang tinggi atau sangat tinggi. Sebaliknya, sebagian besar responden ragu-ragu atau sangat tidak yakin, menunjukkan bahwa wanita yang lebih mendominasi memiliki self-efficacy yang buruk.

Menurut penelitian yang dipaparkan oleh Puspita et al. (2019), jenis kelamin merupakan faktor seberapa percaya diri seseorang terhadap kemampuannya sendiri. Ini karena penggambaran stereotip laki-laki melukiskan mereka sebagai orang yang mandiri, agresif, logis, dan aktif secara fisik. Karena laki-laki lebih cenderung menyelesaikan masalah mereka sendiri dan percaya pada kemampuan mereka sendiri, mereka lebih produktif daripada perempuan. Dalam hal terapi, wanita lebih cenderung sensitif dan emosional, sedangkan pria lebih cenderung mengutamakan kualitas hidup mereka, terutama dalam hal masalah kesehatan.

Fakta bahwa laki-laki memiliki kecenderungan untuk memiliki tekanan darah tinggi pada usia yang lebih muda dan perempuan sering mengalami peningkatan tekanan darah setelah menopause membantu menjelaskan variasi faktor risiko hipertensi antara jenis kelamin. Efikasi diri dan gaya manajemen masing-masing kelompok mungkin dipengaruhi oleh variabel-variabel ini. Sementara laki-laki sering memiliki lebih banyak self-efficacy di bidang-bidang seperti bakat fisik dan pemecahan masalah, perempuan mungkin memiliki regulasi emosi dan keterampilan interaksi sosial yang lebih baik. Variasi ini mungkin berdampak pada bagaimana pria dan wanita mendekati pengobatan hipertensi.

Tingkat pendidikan terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian

hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pendidikan, efikasi diri, dan prevalensi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Pendidikan yang lebih tinggi dikaitkan dengan tekanan darah rendah karena orang dengan pendidikan tinggi lebih percaya pada kemampuan mereka sendiri daripada mereka yang berpendidikan lebih rendah.

Musfirah (2019) menyelidiki hubungan antara pendidikan dan prevalensi hipertensi dan menemukan nilai OR sebesar 2,172 pada tingkat signifikansi 4,313-2,172. Kesadaran kesehatan seseorang meningkat seiring dengan pencapaian pendidikan mereka. Menurut karakteristik responden, mereka yang berpendidikan SMP memiliki risiko 66% lebih rendah untuk terkena hipertensi dibandingkan mereka yang berpendidikan SD, dan mereka yang berpendidikan SD memiliki risiko 72% lebih rendah untuk terkena hipertensi dibandingkan mereka yang berpendidikan SD dengan pendidikan SMP.

Terlepas dari kepercayaan umum, kurangnya pendidikan bukan merupakan faktor dalam perkembangan hipertensi, meskipun dapat mempengaruhi modifikasi perilaku. Semakin banyak informasi dan pendidikan pasien, semakin besar kemungkinan mereka menjalani gaya hidup sehat. Pengetahuan pasien merupakan aspek terpenting dalam persepsi pasien terhadap kemampuannya sendiri. Keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri meningkat seiring dengan tingkat pengetahuannya (Fatmawati et al., 2021). Rasa percaya diri seseorang berkorelasi dengan pencapaian pendidikan mereka. Kurangnya pendidikan membuat seseorang rentan dan tunduk pada orang lain yang lebih berpengetahuan daripada mereka. Sebaliknya, Ghufron dan Risnawati (2017) menemukan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memandang dirinya lebih baik.

Secara umum, mereka yang berpendidikan lebih tinggi memiliki kesempatan yang lebih baik untuk belajar tentang masalah kesehatan dan mengelola kesehatan mereka. Penyebab, faktor risiko, dan pilihan pengobatan untuk hipertensi seringkali lebih dipahami oleh mereka yang berpendidikan lebih formal. Ini mungkin bisa menjadi pendorong kepercayaan diri seseorang. Literasi kesehatan cenderung lebih tinggi di antara mereka yang berpendidikan lebih tinggi. Kapasitas untuk menemukan, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan secara efektif adalah yang kami maksud ketika kami berbicara tentang literasi kesehatan. Pendidikan tinggi dikaitkan dengan peningkatan literasi kesehatan, yang pada gilirannya dapat membantu individu merasa lebih percaya diri dalam kemampuan mereka untuk mengendalikan hipertensi mereka. Efisiensi mereka dalam mengobati dan mengendalikan penyakit.

Gaya hidup terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Temuan penelitian mengaitkan efikasi diri dengan faktor gaya hidup dan prevalensi hipertensi di sekitar Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Orang dengan gaya hidup sehat diasumsikan memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi sehingga tekanan darahnya lebih rendah daripada orang dengan gaya hidup tidak sehat.

Dalam penelitiannya, Fatmawati et al. (2021) menemukan bahwa efikasi diri berkorelasi dengan pilihan gaya hidup pada tingkat yang sangat tinggi ($r = 0,893$, $p 0,001$). Secara umum, kualitas hidup dan kesehatan seseorang meningkat dengan meningkatnya tingkat efikasi diri. Seseorang dengan efikasi diri yang kuat lebih cenderung bertahan dalam usahanya menuju gaya hidup sehat meskipun menghadapi hambatan, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah lebih cenderung menyerah di bawah tekanan.

Mengobati hipertensi secara efektif membutuhkan komitmen terhadap gaya hidup sehat, termasuk penurunan berat badan pada kasus obesitas, diet DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension), olahraga teratur, dan menghilangkan faktor risiko seperti alkohol, kafein, dan penggunaan tembakau. dapat disertai dengan efek samping yang berpotensi berbahaya. Penderita

hipertensi membutuhkan keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya sendiri untuk melakukan perubahan gaya hidup yang positif (Amila et al., 2018).

Adopsi gaya hidup yang buruk dapat meningkatkan kemungkinan mengembangkan hipertensi. Faktor risiko umum untuk hipertensi termasuk faktor gaya hidup termasuk gizi buruk, asupan garam yang berlebihan, kurang olahraga, kelebihan lemak tubuh, penggunaan rokok secara teratur, dan penggunaan alkohol berat. Gaya hidup sehat, termasuk diet rendah garam, tinggi serat, dan rendah lemak jenuh, serta sering berolahraga, dapat membantu pencegahan atau pengelolaan hipertensi. Orang yang percaya pada kemampuan mereka sendiri untuk menjaga kesehatan mereka lebih cenderung melakukannya. Mungkin saja mereka tidak akan mengalami kesulitan untuk mematuhi perintah dokter dan melakukan apa yang mereka perlukan untuk meningkatkan kesehatan mereka, apakah itu menjalankan diet ketat atau berolahraga lebih sering. Self-efficacy adalah aspek penting dalam menjaga tekanan darah yang sehat dan menghindari masalah terkait hipertensi.

Kepatuhan minum obat terhadap hubungan *Self Efficacy* dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo

Kepatuhan minum obat terbukti berhubungan dengan efikasi diri dan prevalensi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Tidak adanya hipertensi pada seseorang dengan tingkat kepatuhan yang tinggi dikaitkan dengan efikasi diri mereka yang superior dibandingkan dengan mereka yang memiliki kepatuhan sedang dan buruk.

Nilai koefisien korelasi yang ditemukan oleh Sukmaningsih et al (2020) sebesar 0,299 menunjukkan adanya hubungan yang sedang antara efikasi diri dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi. Tingkat penggunaan obat juga akan meningkat. Nilai p korelasi antara efikasi diri dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Puskesmas Tejakula 1 sebesar 0,025 (0,05), hal ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kedua variabel.

Masalah terkait obat diidentifikasi pada pasien dalam pengelolaan pasien hipertensi atau perawatan farmasi dengan maksud untuk menerapkan dan memantau rencana perawatan pasien hipertensi tentang masalah terkait obat. Kepatuhan terhadap pengobatan adalah masalah yang dapat menyebabkan kesulitan terkait obat. Efikasi diri dapat dilihat dari dimensi persuasi sosial, dimana keyakinan seseorang tentang kemampuannya diubah oleh informasi yang disampaikan secara verbal oleh orang yang berpengaruh, dan dari dimensi pengalaman penguasaan, dimana keyakinan seseorang tentang kemampuannya diubah oleh keberhasilan yang diperoleh dan kegagalan yang didapat mengurangi efikasi diri seseorang (Ariest, 2003). Rasa self-efficacy yang tinggi meningkatkan kepercayaan diri dalam proses terapi. Kepatuhan pasien terhadap terapi hipertensi meningkat jika mereka yakin memiliki kesempatan untuk sembuh, karena hal ini meningkatkan motivasi dan optimisme mereka (Sukmaningsih et al, 2020).

Efikasi diri telah terbukti mempengaruhi kepatuhan pengobatan dan prevalensi hipertensi. Orang dengan efikasi diri yang tinggi cenderung percaya bahwa mereka dapat berhasil meskipun menghadapi tantangan, seperti yang terkait dengan kepatuhan pengobatan. Mereka mungkin lebih mudah melacak dosis, menangani efek samping, dan menerima dorongan yang mereka butuhkan untuk tetap menjalani pengobatan. Tingkat efikasi diri yang tinggi telah dikaitkan dengan peningkatan kepatuhan minum obat, tekanan darah rendah, dan kemungkinan penurunan hipertensi.

Aktivitas fisik terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Penelitian yang dilakukan di lingkungan tempat kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo menemukan adanya korelasi antara self-efficacy dengan frekuensi hipertensi pada karyawan. Tidak adanya hipertensi pada orang yang lebih aktif secara fisik dikaitkan dengan kepercayaan mereka yang lebih besar pada kemampuan mereka sendiri untuk mempertahankan berat badan yang

sehat dan rutinitas olahraga.

Menurut penelitian Rahmi et al. (2020) terhadap pasien hipertensi di Banda Aceh, 70,1% responden menempatkan diri mereka pada kelompok "tinggi" sehubungan dengan tingkat efikasi diri mereka untuk meningkatkan aktivitas fisik mereka. Pasien yang percaya pada kemampuan mereka sendiri untuk berhasil mengelola hipertensi mereka lebih mungkin melakukan upaya bersama untuk melakukannya.

Latihan fisik adalah bagian penting dari perang melawan hipertensi. Setiap kali Anda menggerakkan tubuh dengan cara apa pun yang menggunakan energi dianggap sebagai latihan fisik. Olahraga teratur telah terbukti mengurangi risiko hipertensi dengan memperkuat jantung dan daya tahan perifer. Lansia harus melakukan latihan fisik setidaknya tiga kali seminggu dengan total tiga puluh menit setiap sesi. Selain hipertensi, masalah kesehatan lainnya, seperti obesitas, penyakit kardiovaskular, penyakit sendi, dan penurunan kognitif pada orang tua, dapat ditelusuri kembali ke kurangnya latihan fisik. Efikasi diri merupakan salah satu dari beberapa elemen yang dapat mempengaruhi tingkat aktivitas fisik seseorang. Efikasi diri adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk mencapai suatu tujuan, terlepas dari seberapa baik atau buruknya tindakan tersebut (Aprilliya, 2019).

Tingkat self-efficacy yang tinggi telah dikaitkan dengan peningkatan aktivitas fisik, yang pada gilirannya telah terbukti mengurangi tingkat hipertensi. Mereka yang menilai dirinya tinggi dalam self-efficacy lebih percaya diri dengan kemampuan mereka dan cenderung tidak menyerah ketika menghadapi tantangan. Mereka mungkin lebih cenderung meluangkan waktu untuk berolahraga dan menjalani gaya hidup yang lebih aktif secara fisik sebagai hasilnya. Tingkat self-efficacy yang tinggi telah dikaitkan dengan tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi, yang pada gilirannya telah terbukti menurunkan risiko hipertensi.

Merokok terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi melalui merokok

Penelitian ini menemukan adanya hubungan antara prevalensi merokok dan hipertensi dengan efikasi diri pada pegawai Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. Korelasi efikasi diri dengan prevalensi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo dilihat dipengaruhi oleh ada atau tidaknya orang merokok.

Menurut penelitian Rachmawati (2021) terhadap pasien hipertensi di RW006 Kelurahan Darmo Surabaya, sebagian besar peserta (66 dari 86,5%) melaporkan tidak pernah merokok, sedangkan hanya 14 dari 86,5% yang melaporkan pernah merokok.

Menurut Janius, Kardiatus, dan Rahayu (2020), efikasi diri merupakan faktor kunci dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk berhenti merokok, yang ditunjukkan dengan melakukan tindakan. Individu lebih mungkin untuk tetap berada di jalur menuju tujuan mereka mengatur dorongan mereka untuk berhenti merokok jika mereka memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi untuk melakukannya. Menurut Mahadiana (2022), membantu pelanggan hipertensi berhenti merokok sangat penting karena dapat mengurangi keparahan penyakit dari waktu ke waktu. Senyawa beracun tembakau dapat mengikis lapisan dalam dinding pembuluh darah, menyebabkan penyempitan dan peningkatan tekanan darah. Penggunaan tembakau telah dikaitkan dengan peningkatan curah jantung dan penurunan aliran darah ke organ tubuh. Nikotin dalam rokok memicu pelepasan hormon stres yang disebut katekolamin. Akselerasi detak jantung dan penyempitan pembuluh darah, yang keduanya meningkatkan tekanan darah.

Peneliti berpendapat bahwa kurangnya kepercayaan pada kemampuan seseorang untuk berubah mungkin menjadi kekuatan pendorong di balik keputusan seseorang untuk merokok. Orang yang kurang percaya pada kemampuan mereka sendiri untuk berubah mungkin berjuang lebih keras daripada orang lain untuk menghilangkan kebiasaan merokok. Mereka mungkin kurang

percaya diri dalam kemampuan mereka untuk menghadapitantang dan menolak merokok. Kurangnya kepercayaan pada kemampuansendiri untuk berhasil dalam tugas ini dapat merusak motivasi dan kesuksesan. Penggunaan tembakau merupakan kontributor utama timbulnyatekanan darah tinggi.

Obesitas terhadap hubungan Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Obesitas terbukti berhubungan dengan tingkat efikasi diri dan hipertensi yang lebih tinggi di wilayah tangkapan Puskesmas Sipatana di Kota Gorontalo. Orang dengan berat badan yang sehat dianggap lebih kecil kemungkinannya untuk menderita hipertensi karena mereka memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi daripada rekan mereka yang lebih berat.

Dengan menggunakan Uji Chi-Square pada tingkat kepercayaan 95% ($=0,003$), Langingi (2021) menganalisis hubungan antara lansia penduduk Tomboko Kecamatan Lolak dengan tingkat hipertensinya. Berdasarkan temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kondisi gizilanjut usia dengan derajat keparahan hipertensi di Dusun Rompiango Kecamatan Lolak ($P = 0,003$).

Asupan makanan yang lebih besar dikaitkan dengan peningkatan risiko hipertensi, menurut Asrinawaty dan Norfai (2018). Lebih banyak darah diperlukan untuk menyediakan oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh yang lebih besar. Artinya, ada lebih banyak darah yang bergerak melalui arteri, yang memberikan lebih banyak tekanan pada dinding arteri dan meningkatkan tekanan darah. Temuan Nugraheni et al. Prevalensi kelebihan gizi geriatri sering dikaitkan dengan kemakmuran dan pilihan gaya hidup sekitar usia 50 tahun. Ketika standar hidup meningkat dan lebih banyak pilihan untuk makanan berkalori tinggi dan tinggi lemak tersedia, orang makan lebih banyak dari yang mereka butuhkan. Obesitas dan penyakit metabolisme terkait dengan gizi buruk, yang sering dimulai pada usia 50-an.

Self-efficacy telah terbukti berpengaruh pada perilaku sehat dalam pengaturan obesitas dan hipertensi. Kebiasaan gaya hidup sehat termasuk makan dengan baik, berolahraga secara teratur, mengelola stres, dan mengurangi paparan faktor risiko lebih mungkin diadopsi dan dipertahankan oleh mereka yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Mereka akan lebih termotivasi untuk mengurus diri mereka sendiri dengan tetap berpegang pada pola makan dan menjaga berat badan dan tekanan darah yang sehat. Keyakinan seseorang pada kemampuannya sendiri untuk mengontrol berat badan dan tekanan darahnya sangat penting. Orang yang percaya diri lebih cenderung melakukan upaya untuk meningkatkan kehidupan mereka dan mengikuti penyesuaian yang diperlukan. Mereka akan percaya pada kemampuan mereka sendiri untuk menghadapi kemunduran dan kesulitan saat mereka datang saat mengelola penyakit. Mereka akan cenderung, misalnya, makan dengan baik, sering berolahraga, minum obat sesuai resep, dan menemukan cara sehat untuk mengatasi stres.

Variabel yang paling berhubungan terhadap Self Efficacy dengan kejadian hipertensi

Analisis multivariat dilakukan terhadap variabel (kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan obesitas) yang analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara efikasi diri dengan prevalensi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan obesitas masing-masing memiliki pengaruh sebesar 32,4% terhadap hubungan efikasi diri dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo; variabel lain yang tidak digunakan sebagai variabel kontrol menyumbang sisanya 67,6%.

Menurut temuan Sukmaningsih et al. (2020), terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di wilayah tangkapan Puskesmas Tejakula

1. Nilai padahal 0,025, yang berarti 0,05. Menurut penelitian Rahmi et al. (2020) terhadap pasien hipertensi di Banda Aceh, 70,1% responden menempatikandiri mereka pada kelompok “tinggi” sehubungan dengan tingkat efikasidiri mereka untuk meningkatkan aktivitas fisik mereka. Pasien yangpercaya pada kemampuan mereka sendiri untuk berhasil mengelolahipertensi mereka lebih mungkin melakukan upaya bersama untukmelakukannya. Rahayu dkk. (2020) menemukan bahwa risiko hipertensi 2,3kali lebih tinggi pada mereka yang kelebihan berat badan dan obesitasdibandingkan dengan mereka yang bertubuh normal dan kurus.

Beberapa teori, seperti Sukmaningsih et al (2020), memprediksi bahwaself-efficacy yang kuat akan membangkitkan kepercayaan pasien terhadapperawatan yang mereka dapatkan. Kepatuhan individu terhadap terapihipertensi ditingkatkan dengan pengetahuan bahwa keyakinan mereka akanpemulihan yang cepat dibenarkan.

Manajemen perawatan diri pada individu hipertensi termasuk melakukanelatihan fisik, menurut Pramita (2021). Tekanan darah tinggi dapatdikelola dengan latihan fisik yang sering. Berjalan, berlari, bersepeda,dan berenang adalah contoh olahraga atau aktivitas dinamis intensitasedang yang dapat dilakukan secara rutin selama 30-60 menit 4-7 hariseminggu. Tekanan darah dapat diturunkan sebesar 4-9 mmHg denganolahraga dinamis intensitas sedang atau dengan olahraga teratur yangdilakukan 4-7 hari seminggu.

Asupan makanan yang lebih besar dikaitkan dengan peningkatan risikohipertensi, menurut Asrinawaty dan Norfai (2018). Lebih banyak darahdiperlukan untuk menyediakan oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh yanglebih besar. Artinya, ada lebih banyak darah yang bergerak melaluarteri, yang memberikan lebih banyak tekanan pada dinding arteri danmeningkatkan tekanan darah.

Rasa self-efficacy yang kuat telah dikaitkan dengan penggunaan obatyang lebih teratur, lebih banyak waktu yang dihabiskan untuk aktifsecara fisik, dan penerapan kebiasaan makan yang lebih sehat sebagaicara untuk mengatur berat badan. Kemungkinan terkena tekanan darahinggi dapat diturunkan dengan cara ini. Ketika seseorang memilikiefikasi diri yang rendah, mereka lebih cenderung terlibat dalam perilakuberisiko yang meningkatkan kemungkinan mengembangkan hipertensi, sepertitidak minum obat sesuai resep, tidak cukup berolahraga, dan makan denganburuk.

Efikasi diri yang kuat dikaitkan dengan keyakinan pasien padakemampuannya untuk mengelola obatnya dengan sukses. Mereka yakin dengankemampuan mereka untuk meminum obat sesuai petunjuk, mengatasi efeksamping, dan secara teratur mematuhi rekomendasi dokter. Kepatuhan obatyang meningkat dapat dihasilkan dari tingkat self-efficacy pasien yangtinggi, yang memberikan dorongan internal yang diperlukan untuk meminumresep mereka secara teratur.

Memiliki kepercayaan pada kemampuan sendiri dapat memotivasiseseorang untuk berolahraga secara teratur. Orang yang percaya dirilebih cenderung terlibat dan bertahan dengan rutinitas olahraga yangkonsisten. Mereka yakin dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikantugas fisik meskipun faktanya mereka mungkin menghadapi tantangan disepanjang jalan, seperti kelelahan, rasa sakit, atau kekurangan waktu.Mereka lebih cenderung memilih gaya hidup aktif secara fisik jika merekamemiliki pandangan ini.

Sementara itu, efikasi diri dikaitkan dengan kelebihan berat badandan tekanan darah tinggi. Orang yang percaya pada kemampuan merekasendiri lebih cenderung membuat perubahan positif dalam pola makan,rutinitas olahraga, dan kesehatan mereka secara keseluruhan. Merekamemiliki keyakinan pada kemampuan mereka untuk mempertahankan beratbadan yang sehat dan menahan setiap godaan yang mungkin muncul. Obesitasterkait dengan hipertensi, oleh karena itu menjalani gaya hidup sehat —termasuk makan dengan baik dan berolahraga secara teratur — dapatmembantu menurunkan risiko tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Angka kejadian hipertensi pada petugas di Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo berkorelasi dengan seberapa yakin mereka terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi kondisi tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi korelasi antara efikasi diri dan kejadian hipertensi termasuk laki-laki, memiliki gelar sarjana, menjalani gaya hidup sehat, minum obat sesuai resep, melakukan latihan fisik tingkat sedang, tidak merokok, dan memiliki indeks massa tubuh yang sehat atau hanya sedikit kelebihan berat badan. Self-efficacy berhubungan dengan prevalensi hipertensi sebesar 32,4%, dengan pengaruh terbesar berasal dari kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan obesitas. Oleh karena itu, disarankan agar Puskesmas Sipatana memberikan layanan konseling percaya diri dan kemampuan bagi pasien untuk meningkatkan self-efficacy sehingga mengurangi prevalensi hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, Sinaga, J., Sembiring, E., (2018). Self Efficacy dan GayaHidup Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 360-365
- Aprilliya, S. (2019) *Hubungan Self Efficacy Dengan AktivitasFisik Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Pusskesmas Bantul 1Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas AlmaAta Yogyakarta
- Ariesti. E., Pradikatama, Y. P. (2018). Hubungan Self Efficacy DenganTingkat Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Di Puskesmas Bareng Kota Malang.*Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 3(10), 39-44
- Asrinawaty, Norfai. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan KejadianHiperetensi pada Lansia Di Posyandu Lansia KakakTua di Wilayah KerjaPuskesmas Pelambuan. *An Nadaa*, 1(1), 32-36
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., Istianah. (2021). Self Efficacy DanPerilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *JurnalIlmiah Stikes YARSI Mataram (JISYM)*, 11 (1) 1-7.
- Ghufron M., N., Risnawati, R. S. (2017). *Teori-Teori Psikologi*.Jogjakarta: Ar Ruzz Media.
- Hasnawati. (2021). *HIPERTENSI*. Yogyakarta: KBMINDONESIA.
- Janius, Kardiatur, T., Rahayu, I. D. (2020). Pengaruh Self-EfficacyTerhadap Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja Di Wilayah PontianakTenggara. *Prosiding Konas JIwa XVI Lampung*, 119-127.
- Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan DerajatHipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak. *Community ofPublishing In Nursing (COPING)*. 9(1). 46-57
- Lestari, R. F., Ichsan, B., Romadhon, Y. A., & Dasuki, M. S.(2021). Hubungan Efikasi Diri Dan Riwayat Obesitas Orangtua DenganObesitas Remaja Putri SMA. *Journal* .
- Mahadiana, M. A. (2022). Gambaran Perilaku Manajemen Diri Pada PasienYang Mengalami Hipertensi di Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2022.*Karya Tulis Ilmiah. Jurusan Keperawatan. Poltekkes Kemenkes Denpasar*
- Musfirah, M. (2019). Analysis of Risk Factor Relation WithHypertension Occurrence At Work Area of Takalala. *JurnalKesehatan Global*, 2(2), 93-102.



- Nugraheni, EA., Mulyani, S., Budi, E., Musfiroh, M. (2019). Hubungan Berat Badan dan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Placentum*, 7(2):55-60
- Pramita, M. T. S. (2021). Hubungan Self Care Management Dengan Self Efficacy Pada Penderita Hipertensi di RT. IV Kelurahan Kedung Rukem Surabaya. Skripsi. Program Studi S1 Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.
- Puspita, T., Ernawati, Rismawan, D. (2019). The Correlation Between Self-Efficacy And Diet Compliance Of People With Hypertension. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(1) 32-41
- Rachmawati, A. W. (2021). Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat Dan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di RW 006 Kelurahan Darmo Surabaya. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya
- Rahayu. R. M., Berthelin, A. A., Lapepo, A. Utam, M. W. (2020). Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Pra Lansia di Puskesmas Sukamulya Tahun 2019. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 4(1):102-111.
- Rahmi, A., Ridwa, A., Rizkia, M. (2020). Self Efficacy Of Lifestyle Modification Among Hypertensive Patients In Banda Aceh, *JIM FKep*, IV(3),32-39
- Sandra, F. K. (2020). Gambaran Efikasi Diri Pada Usia Lanjut Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Sukoharjo. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sukmaningsih, S. A. K., Putra, G. N. W., Sujadi, H. Ridayanti, P. W. (2020). The Correlation Between Self-efficacy and Compliance in Taking Medication for Patients with Hypertension in the Work Area of Tejakula 1 Health Center. *Jurnal Kesehatan MIDWINERSLION* 5(2), 1-8.