

## ORIGINAL ARTICLES

---

### **HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEKAMBUHAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI POSBINDU DESA SENDURO DI WILAYAH UPT. PUSKESMAS SENDURO**

1. Ma'rifatul Lailatus Zahro, Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Email : zahrolaila6@gmail.com
2. Sunanto, Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Email : sunanto1710@gmail.com
3. Nafolion Nur Rahmat, Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Email : abank.popo272@gmail.com  
Korespondensi : zahrolaila6@gmail.com

#### **ABSTRAK**

Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Salah satu penyebabnya yaitu efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk menghasilkan tindakan yang ingin dicapai dan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Posbindu Desa Senduro di wilayah UPT Puskesmas Senduro. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Desain peneliti yang digunakan diskriptif kolerasi dan menggunakan desain pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini sebanyak 50 responden yang berkunjung ke posbindu, dengan menggunakan teknik sampling total sampling. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner selanjutnya di analisis menggunakan Teknik analisa data menggunakan Uji Wilcaxon. Hasil penelitian ini terdapat dari 50 responden pada posbindu yang mengalami Efikasi diri baik sebanyak 47(94%), sedangkan responden yang tidak mengalami kekambuhan sebanyak 34(68%) responden. Pvalue sebesar 0,000 dan di bandingkan dengan Ptabel 0,005 sehingga Pvalue < Ptabel, yang artinya terdapat hubungan efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di posbindu desa senduro di wilayah UPT Puskesmas Senduro. Diharapkan di posbindu menerapkan efikasi diri untuk menurunkan angka kekambuhan pada pasien hipertensi. Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan terkait hubungan antara Efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Posbindu sehingga diharapkan mampu menjaga efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi. Untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya hipertensi.

**Kata Kunci : Posbindu, Hipertensi, Tekanan Darah, Efikasi Diri, Kekambuhan**

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi sering disebut sebagai silent killer atau pembunuh diam-diam karena sering kali tidak menunjukkan gejala. Banyak penderita hipertensi merasa sehat meskipun tekanan darahnya tinggi (Gustam et al., 2024). Hipertensi terjadi jika tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg. Tekanan darah sistolik merupakan tekanan dalam pembuluh darah saat jantung berkontraksi atau berdenyut, sedangkan tekanan darah diastolik merupakan tekanan dalam pembuluh darah saat jantung beristirahat di antara detaknya (Halim et al., 2024).

Hipertensi adalah suatu penyakit yang ditandai dengan adanya gangguan pada tekanan darah sistolik maupun diastolik yang meningkat atau naik di atas tekanan darah normal (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Tekanan sistolik adalah tekanan tertinggi ketika jantung memompa darah, sedangkan tekanan diastolik adalah tekanan saat jantung beristirahat dan terisi darah kembali (Shofiana, 2024). Hipertensi menjadi faktor utama terjadinya penyakit kardiovaskular dan, jika tidak ditangani, dapat memicu gagal ginjal, stroke, demensia, gagal jantung, serangan jantung, gangguan penglihatan, dan komplikasi lainnya (Nugraheni & Soleman, 2024)

Data World Health Organization (WHO), pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Milyar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Seno et al., 2024). Seseorang dinyatakan menderita hipertensi jika tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg dalam kondisi istirahat berdasarkan dua kali pengukuran dengan jeda lima menit. Tekanan darah sistolik normal berkisar 100–140 mmHg, sementara diastolik berada pada 60–90 mmHg (Gustam et al., 2024). Di Jawa Timur, pada tahun 2019 diperkirakan ada 11.952.694 orang berusia  $\geq 15$  tahun yang mengidap hipertensi, dengan proporsi 48% pria dan 52% wanita. Dari jumlah ini, hanya 40,1% yang mendapatkan layanan kesehatan (Profil Kesehatan Jatim 2019). Di Lumajang, pada tahun 2022 terdapat 144.953 penderita hipertensi berusia  $\geq 60$  tahun, terdiri dari 61.687 pria dan 83.266 wanita (Febriyatna & Mardiana, 2022).

Efikasi diri berperan dalam mengendalikan perilaku perawatan diri pada pasien hipertensi. Efikasi diri terbentuk melalui proses kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi, serta dipengaruhi oleh pengalaman individu, pengamatan terhadap orang lain, persuasi sosial, dan kondisi fisik serta emosional (Nurhidayati & Prajayanti, 2024). Kekambuhan adalah keadaan dimana timbulnya kembali suatu penyakit yang sudah sembuh dan disebabkan oleh berbagai macam faktor penyebab (Surahmat et al., 2024). Pada hipertensi, kekambuhan terjadi jika tekanan darah kembali naik di atas 140/90 mmHg (Nanda et al., 2024). Faktor-faktor seperti kepatuhan pengobatan, kontrol rutin, dan gaya hidup memengaruhi kekambuhan hipertensi (Wahyudi & Mustika, 2024). Kekambuhan dapat terjadi jika pasien tidak rutin minum obat atau mengabaikan pola hidup sehat, seperti diet, olahraga, serta menghindari merokok, alkohol, dan kafein (Kurnia et al., 2024).

## 2. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Posbindu Di Wilayah UPT Puskesmas Senduro

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross-sectional, yang berfokus pada pengumpulan data dalam satu waktu untuk menentukan hubungan antara variabel independen, yaitu efikasi diri, dan variabel dependen, yaitu kekambuhan hipertensi. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi yang memeriksakan diri di Poli Umum Puskesmas Senduro, Desa Senduro, Kabupaten Lumajang. Dari populasi ini, dipilih sampel sebanyak 50 pasien menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi seperti usia 30–60 tahun, memiliki riwayat hipertensi tertentu, dan bersedia menjadi responden. Teknik sampling ini memastikan bahwa sampel representatif dan relevan dengan tujuan penelitian. Penelitian ini telah mendapatkan surat layak etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Hafshawaty dengan nomor 201/KEPK-UNHASA/VII/2024, yang memastikan bahwa penelitian dilakukan sesuai standar etika yang berlaku.

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner untuk mengukur efikasi diri, sphygmomanometer untuk memantau tekanan darah, dan lembar observasi untuk mencatat karakteristik pasien serta data kekambuhan hipertensi. Kuesioner efikasi diri terdiri dari sejumlah item dengan skala ordinal untuk menilai tingkat keyakinan pasien dalam mengelola hipertensi. Data kekambuhan diukur berdasarkan frekuensi peningkatan tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg selama periode penelitian. Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel. Tahap berikutnya adalah analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test untuk menguji hubungan antara efikasi diri dan kekambuhan hipertensi dengan tingkat signifikansi 0,05. Hipotesis penelitian ini adalah  $H_a$ : Ada hubungan signifikan antara efikasi diri dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Posbindu Desa Senduro. Data diolah menggunakan perangkat lunak SPSS setelah melalui proses editing, coding, scoring, dan tabulating. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam mengenai pengelolaan hipertensi melalui peningkatan efikasi diri.

### 4. HASIL PENELITIAN

#### a. Karakteristik responden penelitian

Tabel 1. Karakteristik responden

No	Keterangan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1	Umur		
	31-35 tahun	1	2
	36-40 tahun	7	14
	41-45 tahun	7	14
	46-50 tahun	14	28
	51-55 tahun	11	22
56-60 tahun	10	20	
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	4	8
	Perempuan	46	92
3	Pendidikan terakhir		
	Tidak Sekolah	0	0
	SD	24	48
	SMP	26	52
	SMA	0	0
4	Pekerjaan		
	IRT	46	92

No	Keterangan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
	Petani/Pekebun	4	8
	Swasta	0	0
	Wiraswasta	0	0
5	Derajat Hipertensi		
	Derajat I	19	38
	Derajat II	20	40
	Derajat III	8	16
	Derajat IV	2	4
	Derajat Sistolik Terisolasi	1	2

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berada pada rentang usia 46–50 tahun (28%) dan 51–55 tahun (22%), dengan sebagian besar berjenis kelamin perempuan (92%). Dari segi pendidikan, mayoritas adalah lulusan SMP (52%) dan SD (48%), tanpa ada responden yang menyelesaikan pendidikan SMA atau tidak bersekolah. Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (92%), dengan sedikit yang bekerja sebagai petani atau pekebun (8%). Terkait derajat hipertensi, mayoritas responden berada pada derajat I (38%) dan II (40%), sementara yang memiliki derajat III (16%), IV (4%), dan hipertensi sistolik terisolasi (2%) lebih sedikit. Data ini menunjukkan bahwa responden mayoritas merupakan perempuan usia paruh baya dengan tingkat pendidikan rendah, didominasi ibu rumah tangga, dan berada pada derajat hipertensi yang masih dapat dikendalikan melalui intervensi kesehatan.

b. Efikasi Diri dan Kekambuhan Hipertensi

Tabel 2. Distribusi frekuensi dan persentase responden berdasarkan efikasi diri dan kekambuhan hipertensi

Variabel	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
<b>Kemampuan Efikasi Diri</b>		
Kemampuan Baik	47	94
Kemampuan Cukup	3	6
Kemampuan Kurang	0	0
<b>Kekambuhan</b>		
Tidak Kambuh	34	68
Kambuh	16	32

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan data, mayoritas responden memiliki kemampuan efikasi diri yang baik (94%), dengan sebagian kecil menunjukkan kemampuan cukup (6%) dan tidak ada yang memiliki kemampuan kurang. Terkait kekambuhan hipertensi, sebagian besar responden tidak mengalami kekambuhan (68%), sementara sisanya (32%) mengalami kekambuhan. Hasil ini menunjukkan hubungan positif antara kemampuan efikasi diri yang baik dengan berkurangnya kejadian kekambuhan hipertensi pada responden penelitian. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi untuk meningkatkan efikasi diri dapat menjadi strategi yang efektif dalam pengelolaan hipertensi.

c. Hubungan Efikasi Diri dengan Kekambuhan pada Pasien Hipertensi

Tabel 3. Tabulasi silang Hubungan Efikasi Diri dengan Kekambuhan pada Pasien Hipertensi

Efikasi Diri	Kekambuhan		
	Tidak Kambuh	Kambuh	Jumlah
Kemampuan Baik	31	16	47
Kemampuan Cukup	3	0	3

Kemampuan Kurang	0	0	0
Jumlah	34	16	50
Test Statistics <sup>a</sup>			
Kekambuhan – Efikasi Diri			
Z	-6.161 <sup>b</sup>		
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000		
a. Wilcoxon Signed Ranks Test			
b. Based on positive ranks			

Sumber : Data primer penelitian

Hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan nilai  $Z = -6.161$  dan signifikansi asimtotik  $p$ -value sebesar 0.000 (dua arah). Dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$ ,  $p$ -value  $< 0.05$ , sehingga hipotesis nol (tidak ada hubungan) ditolak. Kesimpulannya, terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara efikasi diri dengan kekambuhan hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan efikasi diri berpotensi untuk menurunkan risiko kekambuhan pada pasien hipertensi

## 5. PEMBAHASAN

### a. Efikasi diri pada pasien hipertensi di Posbindu Desa Senduro Di Wilayah UPT Puskesmas Senduro

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki efikasi diri yang baik, dengan 47 responden (94%) memenuhi indikator tersebut. Efikasi diri yang baik memungkinkan individu untuk mengontrol diri dalam mempertahankan perilaku yang diperlukan untuk mengelola perawatan diri, khususnya pada pasien hipertensi. Responden yang memiliki efikasi diri baik cenderung mampu memenuhi indikator seperti mengelola tekanan darah dan mengikuti saran perawatan dengan konsisten.

Efikasi diri terbentuk melalui empat proses utama: kognitif, motivasional, afektif, dan seleksi. Faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri meliputi pengalaman individu, kondisi emosional, serta dukungan social (Hosniyah & Octaviana, 2024). Menurut (Lestari et al., 2023), pengalaman keberhasilan individu dalam mengelola hipertensi menjadi sumber utama pembentukan efikasi diri. Selain itu, observasi terhadap perilaku kesehatan orang lain yang berhasil, serta persuasi sosial, juga berkontribusi terhadap peningkatan efikasi diri. Dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan sangat penting untuk mendorong keyakinan diri pasien dalam mempertahankan perilaku sehat (Mariatul et al., 2024).

Sejalan dengan penelitian (Amestiasih et al., 2024), semakin baik efikasi diri seseorang, semakin besar kemampuan mereka untuk mencapai tujuan kesehatan. Individu dengan efikasi diri yang kuat lebih percaya diri dalam menjalani perawatan dan pengobatan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Namun, terdapat pengecualian pada pasien dengan efikasi diri rendah tetapi memiliki manajemen diri yang baik, yang mungkin disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan belum mengikuti program edukasi kesehatan secara menyeluruh.

Karakteristik demografis responden juga memengaruhi efikasi diri. Sebagian besar responden berpendidikan SMP, dengan 26 orang (52%) di antaranya memiliki kemampuan efikasi diri yang baik. Dari segi usia, mayoritas responden (78%) berusia 45–59 tahun, di mana usia ini cenderung memengaruhi daya tangkap dan pola pikir. Hal ini menunjukkan bahwa faktor usia dan pendidikan turut berperan dalam pembentukan efikasi diri dan keberhasilan pengelolaan hipertensi.

b. Kekambuhan pada pasien hipertensi di Posbindu Desa Senduro Di Wilayah UPT Puskesmas Senduro

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden, yaitu sebanyak 34 orang (68%), tidak mengalami kekambuhan hipertensi. Namun, kekambuhan masih menjadi tantangan bagi sebagian pasien hipertensi, terutama mereka yang kurang patuh dalam menjalani pengobatan. Penggunaan obat konvensional atau tradisional yang tidak disertai pengawasan medis sering kali berkontribusi pada ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi, yang pada akhirnya dapat menyebabkan kekambuhan (Artini et al., 2022).

Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi dapat memperburuk status kesehatan pasien. Hal ini berdampak pada tidak ter kendalinya tekanan darah, yang menjadi faktor risiko utama berbagai penyakit kronis seperti penyakit jantung koroner, stroke, trombosis serebral, dan gagal ginjal kronis. Menurut Tumundo et al., (2021) kurangnya kepatuhan terhadap terapi obat merupakan salah satu alasan utama ketidakmampuan pasien untuk mencapai kontrol tekanan darah yang optimal.

Untuk mencegah kekambuhan hipertensi, manajemen faktor risiko sangat penting dilakukan. (Wahyudi & Mustika, 2024) merekomendasikan berbagai strategi pencegahan, seperti mengelola stres mental, melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, mengobati hipertensi dengan tepat, dan menangani kondisi medis lain yang mungkin menyertai hipertensi. Manajemen yang tepat dapat membantu pasien mempertahankan tekanan darah yang stabil dan mengurangi risiko kekambuhan.

Penting bagi pasien hipertensi untuk tidak hanya bergantung pada pengobatan, tetapi juga mengadopsi gaya hidup sehat, termasuk diet seimbang, aktivitas fisik teratur, dan pengelolaan stres. Edukasi dan dukungan dari tenaga kesehatan serta keluarga berperan besar dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap perawatan, sehingga risiko kekambuhan dapat diminimalkan.

c. Hubungan Efikasi Diri dengan Kekambuhan pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil tabulasi silang di dapatkan hasil responden dengan efikasi diri baik dan tidak mengalami kekambuhan sebanyak 31 (62%) responden, sedangkan dengan efikasi baik yang mengalami kekambuhan sebanyak 16 (32%), sedangkan dengan kemampuan cukup sebanyak 3 (6%) responden mengalami ketidak kambuhan. Berdasarkan hasil pengolahan data, hubungan antara efikasi diri dengan penatalaksanaan pencegahan kekambuhan hipertensi menggunakan uji statistik Wilcoxon diketahui nilai  $p = 0,000$  ( $p = 0,000 < 0,05$ ),  $H_0$  gagal diterima yang berarti ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kekambuhan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Senduro Tahun 2024.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa efikasi diri yang tinggi akan meningkatkan aktifitas atau perilaku perawatan diri dan kualitas hidup klien dengan penyakit kronik karena efikasi diri yang tinggi dapat mempengaruhi individu untuk patuh terhadap regimen terapeutik yang harus dijalani khususnya pada kasus-kasus penyakit kronik (Putri et al., 2024).

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk menghasilkan tindakan yang ingin dicapai dan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan mereka. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain jenis kelamin, usia, pendidikan dan pengalaman. Efikasi diri dibutuhkan bagi para penderita hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui keyakinan dalam menjalankan perawatan diri. Dengan melakukan perawatan diri yang baik maka dapat menurunkan terjadinya komplikasi (Rohmaniah & Sunarno, 2022).

Efikasi diri berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan berbagai perilaku yang menantang termasuk tindakan pencegahan dan manajemen

perilaku untuk penyakit. Bila efikasi diri ini dikembangkan untuk pasien hipertensi, akan tumbuh keyakinan pasien untuk mampu mematuhi program penatalaksanaan hipertensi sehingga pasien hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya. Orang-orang yang mempunyai efikasi diri tinggi lebih giat dan lebih tekun dalam berusaha dan mengatasi kesulitan, serta mengerahkan tenaga yang lebih besar untuk mengatasi tantangan. Sedangkan orang yang mempunyai efikasi diri rendah cenderung mengurangi usahanya atau menyerah ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Efikasi diri yang baik akan dapat membantu pasien hipertensi mematuhi pola dietnya (Susanti et al., 2024; Wijaya, 2024)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dengan (Wardhani et al., 2019), dengan judul Hubungan Self-efficacy dengan Pencegahan Kekambuhan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura II, Kalimantan Selatan, bahwa karakteristik responden yang memiliki kemampuan efikasi diri yang baik mayoritas berusia antara 40-50 tahun 44,7%, berjenis kelamin perempuan 90,4%, berpendidikan SLTP/Sederajat 37,2%, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga 85,1%, memiliki riwayat hipertensi <1 tahun 36,2%.

Berdasarkan asumsi peneliti efikasi merupakan faktor utama yang mempengaruhi perawatan diri penyakit kronis. Efikasi merupakan faktor yang paling dominan dalam pengelolaan hipertensi. Efikasi merupakan faktor penting dalam melaksanakan perawatan diri. Responden yang memiliki efikasi yang tinggi akan melaksanakan penatalaksanaan pencegahan kekambuhan hipertensi dengan baik, begitu pula sebaliknya responden yang memiliki efikasi yang rendah akan melaksanakan penatalaksanaan pencegahan kekambuhan hipertensi dengan kurang baik. efikasi sangat dibutuhkan bagi para penderita hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui keyakinan dalam menjalankan perawatan diri. Dengan melakukan perawatan diri yang baik dalam melaksanakan pencegahan kekambuhan hipertensi maka dapat menurunkan terjadinya komplikasi

## **6. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian di Posbindu Desa Senduro, Wilayah UPT Puskesmas Senduro, sebagian besar responden menunjukkan efikasi diri yang baik (94%), yang memungkinkan mereka untuk mengontrol diri dalam mempertahankan perilaku sehat, seperti mengelola tekanan darah dan mengikuti saran pengobatan secara konsisten. Faktor yang memengaruhi efikasi diri termasuk pengalaman pribadi, kondisi emosional, dukungan sosial, serta observasi terhadap perilaku kesehatan yang berhasil dari orang lain. Meskipun mayoritas responden (68%) tidak mengalami kekambuhan, ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi masih menjadi masalah utama, yang berisiko meningkatkan terjadinya komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Uji statistik Wilcoxon menunjukkan adanya hubungan signifikan antara efikasi diri dan pencegahan kekambuhan hipertensi ( $p = 0,000$ ), di mana pasien dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih tekun dalam menjalani pengobatan dan perawatan diri. Penelitian ini menegaskan bahwa efikasi diri berperan krusial dalam pengelolaan hipertensi, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan mencegah komplikasi, dengan faktor-faktor seperti usia, pendidikan, dan pengalaman hidup turut memengaruhi tingkat efikasi diri serta keberhasilan perawatan diri pada pasien hipertensi.

## **7. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat disampaikan kepada pihak-pihak terkait untuk memberikan kontribusi lebih lanjut dalam pengelolaan hipertensi di Posbindu Desa Senduro adalah sebagai berikut :

a. Puskesmas Senduro dan Tenaga Kesehatan

Puskesmas diharapkan dapat memperkuat program edukasi tentang pentingnya efikasi diri dalam mengelola hipertensi. Diharapkan adanya peningkatan sesi pelatihan dan konseling untuk pasien hipertensi, serta pengawasan yang lebih ketat dalam pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap pengobatan. Program edukasi ini bisa mencakup pelatihan keterampilan dalam manajemen stres, pola makan sehat, serta pentingnya olahraga bagi pasien hipertensi.

b. Pemerintah Desa dan Posbindu

Pemerintah Desa dan Posbindu perlu memberikan dukungan lebih dalam hal penyuluhan mengenai hipertensi dan perawatan diri. Penyuluhan ini tidak hanya mengenai pentingnya mengontrol tekanan darah, tetapi juga bagaimana meningkatkan efikasi diri pasien hipertensi melalui dukungan sosial dan motivasi berkelanjutan. Selain itu, meningkatkan fasilitas dan akses bagi pasien hipertensi untuk mendapatkan layanan kesehatan yang lebih mudah dan terjangkau juga sangat penting.

c. Keluarga Pasien

Keluarga pasien hipertensi memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perawatan diri pasien. Oleh karena itu, keluarga perlu diberikan informasi yang cukup mengenai hipertensi dan cara mendukung pasien dalam menjaga pola hidup sehat, termasuk memberikan motivasi dalam menjalankan perawatan dan pengobatan.

d. Peneliti dan Akademisi

Peneliti dan akademisi diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi dengan pendekatan yang lebih luas, termasuk peran media sosial dan teknologi dalam meningkatkan efikasi diri pasien hipertensi. Penelitian yang lebih mendalam juga diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor lain yang dapat berkontribusi terhadap keberhasilan perawatan diri pada pasien hipertensi. Dengan kolaborasi antara pihak-pihak terkait, diharapkan dapat tercipta sistem yang lebih baik dalam pencegahan dan pengelolaan hipertensi, serta peningkatan kualitas hidup pasien hipertensi di masyarakat

## 8. DAFTAR PUSTAKA

- Amestiasih, Murdhiono, W. R., & Herry Soetjipto, S. T. S. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kesiapsiagaan Bencana Pada Mahasiswa Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta. *Media Informasi*, 20(2), 60–66. <https://doi.org/10.37160/Mijournal.V20i2.635>
- Artini, I., Pratama, S. A., Sahara, N., & Purwanto, R. R. (2022). Obat Antihipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3.
- Febriyatna, A., & Mardiyana, P. (2022). Pengembangan Zig-Zag Card Remind Sebagai Media Edukasi Gizi Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Labruk Kidul Lumajang. *Jurnal Kesehatan*, 10(1). <https://doi.org/10.25047/Jkes.V10i1.256>
- Gustam, T. Y. P., Sir, A. B., & Hinga, I. A. T. (2024). Skrining Hipertensi Di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (Jpkmn)*, 5(3).
- Halim, N. R. A., Sulistyowati, E., Kaswari, S. R. T., & Mustafa, A. (2024). Pengaruh Pemberian Edamame Rebus (Glycine Max (L) Merrill) Sebagai Camilan Sehat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 8(2).
- Hosniyah, & Octaviana. (2024). Pengaruh Program Double Track Dan Efikasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Siswa Sma Negeri 4 Bangkalan. *Oikos: Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 8(2).

- Kurnia, D., Wirawan, N., & Damayanti. (2024). Kepatuhan Minum Obat Dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Primer Di Desa Padaulun Kecamatan Majalaya Kabupaten Bandung. *Healthy Journal*, 13(1), 47–64. <https://doi.org/10.55222/Healthyjournal.V13i1.1489>
- Lestari, M., Samidah, I., & Handayani, T. S. (2023). Hubungan Efikasi Diri Dan Motivasi Mencegah Komplikasi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Mukomuko Tahun 2022. *Student Scientific Journal*, 1(1).
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(April), 31–41. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/PIPK/article/view/272/249>
- Mariatul, Lestari, D. R., & Santi. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Efikasi Diri Remaja Di Sman 1 Banjarmasin. *Journal Of Nursing Invention*, 5(1), 53–64. <https://doi.org/10.33859/Jni.V5i1.551>
- Nanda, G. A. D., Hartutik, S., & Haryani, N. (2024). Penerapan Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan. 7(8).
- Nugraheni, U., & Soleman. (2024). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(3), 136–146. <https://doi.org/10.62027/Praba.V2i3.160>
- Nurhidayati, A., & Prajayanti. (2024). Gambaran Efikasi Diri Dalam Pengelolaan Hipertensi Pada Lansia Di Uptd Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(3), 219–227. <https://doi.org/10.55606/Termometer.V2i3.4127>
- Putri, D. Y., Widada, W., & Adi, G. S. (2024). Hubungan Tingkat Spiritual Dengan Efikasi Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Daerah Balung Jember. 3(5).
- Rohmaniah, F. A., & Sunarno, R. D. (2022). Efikasi Diri Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 164–175. <https://doi.org/10.26751/Jikk.V13i1.1305>
- Seno, S., Sulis, D., & Syurandhari, D. H. (2024). Pengaruh Olahraga Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Usia Lanjut Di Posyandu Lansia Desa Sedati Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 16(2), 235–242. <https://doi.org/10.55316/Hm.V16i2.1073>
- Shofiana, S. (2024). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Joyotakan. *Ijoh: Indonesian Journal Of Public Health*, 2.
- Surahmat, R., Akhriansyah, M., & Hidayati, N. (2024). Kepatuhan, Pengetahuan, Sosial Ekonomi Dan Dukungan Keluarga Pada Pengobatan Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgj) Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Seri Tanjung Kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 7.
- Susanti, S. N., Sukarmin, S., Jauhar, M., Tiara, N., & Lasmini, L. (2024). Efikasi Diri, Dukungan Sosial, Dan Self-Care Management Klien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 5(2), 62–80. <https://doi.org/10.22437/Jini.V5i2.37546>
- Tumundo, D. G., Wiyono, W. I., & Jayanti, M. (2021). Adherence Level Of Antihypertensive Drug Used In Hypertension Patients At Kema Health Center, North Minahasa Regency. *Pharmacon*, 10.

- Wahyudi, J. T., & Mustika. (2024). Self Efficacy Pencegahan Komplikasi Pada Pasien Hipertensi Di Rs Muhammadiyah Palembang: Studi Deskriptif. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 2(2), 156–167. <https://doi.org/10.52523/Jika.V2i2.113>
- Wardhani, A., Maria, I., & Murdiany, A. N. (2019). Hubungan Self-Efficacy Dengan Penatalaksanaan Pencegahan Kekambuhan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Ii, Kalimantan Selatan. *Anna Noor*, 4(2), 70–77.
- Wijaya, A. D. (2024). Dampak Rendahnya Self Efficacy Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Studi Literatur. *Jubikops: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(2).