



Hubungan Efikasi Diri dengan *Mean Arterial Pressure* pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cepogo

Friska Olivia Safitri

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Hermawati

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Alamat : Jl. Ki Hajar Dewantara No. 10, Kentingan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146, Indonesia

Abstract. *Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence and a risk of causing serious complications if not properly controlled. Hypertension management is influenced by physiological and psychological factors, one of which is self-efficacy, which plays an important role in improving medication adherence and the adoption of healthy lifestyles. Mean Arterial Pressure (MAP) is used as an indicator to assess average blood pressure and organ perfusion. Objective: This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and Mean Arterial Pressure in hypertensive patients at Cepogo Primary Health Center. Methods: This quantitative study used a cross-sectional design. The population consisted of 180 hypertensive Prolanis patients, with a sample of 64 respondents selected through accidental sampling. Self-efficacy was measured using the GSES, while MAP was obtained from blood pressure measurements. Data were analyzed using the Pearson correlation test. Results: The findings showed a significant relationship between self-efficacy and Mean Arterial Pressure ($p < 0.05$) with a negative correlation. Conclusion: Higher self-efficacy in hypertensive patients is associated with lower Mean Arterial Pressure; therefore, strengthening self-efficacy should be integrated into nursing interventions.*

Keywords: *Hypertension, Mean Arterial Pressure, Self-efficacy,*

Abstrak. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi dan berisiko menimbulkan komplikasi serius apabila tidak terkontrol. Pengendalian hipertensi dipengaruhi oleh faktor fisiologis dan psikologis, salah satunya efikasi diri yang berperan dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan dan penerapan gaya hidup sehat. Mean Arterial Pressure (MAP) digunakan sebagai indikator untuk menilai tekanan darah rata-rata dan perfusi organ. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure pada pasien hipertensi di Puskesmas Cepogo. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi 180 pasien hipertensi Prolanis, dengan sampel 64 responden dan dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Efikasi diri diukur menggunakan

Received Maret, 1, 2026; Revised Maret 2, 2026; Accepted Maret 3, 2026

*Friska Olivia Safitri, 202213094@unisa-surakarta-ac.id

GSES, MAP dari pengukuran tekanan darah, dan dianalisis dengan uji korelasi Pearson.. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure ($p < 0,05$) dengan arah hubungan negatif. Kesimpulan: Semakin tinggi tingkat efikasi diri pasien hipertensi, maka nilai Mean Arterial Pressure semakin stabil, sehingga penguatan efikasi diri perlu diintegrasikan dalam intervensi keperawatan.

Kata Kunci : Efikasi diri, Hipertensi, Mean Arterial Pressure

LATAR BELAKANG

Angka kesakitan merupakan indikator penting dalam menggambarkan derajat kesehatan masyarakat, di mana peningkatan usia dan proses degeneratif berkontribusi terhadap meningkatnya risiko Penyakit Tidak Menular (PTM). Menurut World Health Organization (2022), PTM menyumbang sekitar 74% dari total kematian global atau setara dengan 41 juta jiwa per tahun, dengan hipertensi sebagai salah satu penyebab utama. Secara global, lebih dari 1,28 miliar penduduk usia 30–79 tahun menderita hipertensi, namun hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan terkontrol dengan baik. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1% dan terus menunjukkan tren peningkatan seiring perubahan gaya hidup, pola makan tidak seimbang, serta rendahnya aktivitas fisik.

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg dalam dua kali pengukuran pada kondisi istirahat, dan sering disebut sebagai “silent killer” karena kerap tidak menimbulkan gejala khas. Di Provinsi Jawa Tengah, estimasi penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun mencapai lebih dari 8,5 juta jiwa, dengan proporsi terbesar kasus PTM di fasilitas layanan kesehatan primer. Di Kabupaten Boyolali, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2024 mencapai 332.837 jiwa, dan wilayah kerja Puskesmas Cepogo menempati peringkat kedua tertinggi dengan 18.655 kasus. Data ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan prioritas yang memerlukan pengendalian berkelanjutan melalui deteksi dini, edukasi, dan pemantauan rutin.

Pengelolaan hipertensi tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga pada pemberdayaan pasien melalui peningkatan efikasi diri. Perawat berperan penting dalam memberikan edukasi, dukungan psikologis, serta motivasi agar pasien mampu mengontrol tekanan darah secara mandiri. Salah satu indikator fisiologis yang komprehensif dalam mengevaluasi pengendalian tekanan darah adalah Mean Arterial

Pressure (MAP), yang mencerminkan perfusi organ vital dan kestabilan hemodinamik. Stabilitas nilai MAP berhubungan erat dengan pencegahan komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung iskemik.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi berpengaruh terhadap kepatuhan pengobatan, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres sehingga berkontribusi pada kestabilan tekanan darah. Studi pendahuluan di Puskesmas Cepogo menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar pasien rutin kontrol dan mengonsumsi obat, masih ditemukan nilai MAP di atas batas normal pada beberapa pasien. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pengendalian hipertensi belum optimal dan diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif, termasuk penguatan efikasi diri pasien, guna mencapai kestabilan tekanan darah dan mencegah komplikasi jangka panjang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif menggunakan pendekatan cross sectional, yang bertujuan mengetahui hubungan efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi di Puskesmas Cepogo, Kabupaten Boyolali, pada Januari 2026. Populasi penelitian berjumlah 180 pasien hipertensi peserta Prolanis, dengan sampel sebanyak 64 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik accidental sampling. Kriteria inklusi meliputi pasien hipertensi usia >18 tahun, rutin mengikuti Prolanis, derajat 1–2, dan bersedia menjadi responden, sedangkan pasien dengan komplikasi berat dikecualikan.

Variabel independen adalah efikasi diri, sedangkan variabel dependen adalah Mean Arterial Pressure (MAP). Efikasi diri diukur menggunakan kuesioner General Self-Efficacy Scale (GSES) dengan skala Likert (skor 10–40) yang dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi. Nilai MAP diperoleh dari pengukuran tekanan darah menggunakan sphygmomanometer digital, kemudian dihitung dengan rumus $MAP = (Sistolik + 2 \text{ Diastolik})/3$ dan dikategorikan normal (70–100 mmHg) atau tinggi (>100 mmHg). Instrumen GSES dinyatakan valid dan reliabel berdasarkan penelitian sebelumnya, sedangkan alat ukur tekanan darah telah terkalibrasi dan tersertifikasi.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran langsung tekanan darah dan pengisian kuesioner oleh responden, dengan bantuan tiga enumerator. Data yang terkumpul diolah melalui tahap editing, coding, transferring, dan tabulating, kemudian dianalisis menggunakan program SPSS. Analisis univariat digunakan untuk

menggambarkan distribusi frekuensi dan statistik deskriptif masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan efikasi diri dengan MAP menggunakan uji Pearson atau Spearman Rank sesuai hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov.

Penelitian ini menerapkan prinsip etika penelitian yang meliputi informed consent, confidentiality, anonymity, justice, dan beneficence. Responden diberikan penjelasan lengkap mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani lembar persetujuan. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dan data hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Penelitian dilaksanakan tanpa diskriminasi dan tidak menimbulkan kerugian fisik maupun psikologis, serta diharapkan memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu dan peningkatan pelayanan kesehatan pada pasien hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi derajat hipertensi, jenis kelamin, dan usia pada pasien hipertensi yang aktif mengikuti program Prolanis di Puskesmas Cepogo. Berdasarkan klasifikasi American Heart Association, sebagian besar responden berada pada kategori hipertensi derajat 1 (62,5%), sedangkan hipertensi derajat 2 sebesar 37,5%.

Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan (65,6%), sementara laki-laki sebesar 34,4%. Ditinjau dari usia, sebagian besar responden berada pada rentang 50–59 tahun (67,2%), dan sisanya berusia ≥ 60 tahun (32,8%). Data ini menunjukkan bahwa responden didominasi oleh perempuan usia dewasa akhir hingga lanjut usia, kelompok yang secara fisiologis lebih rentan mengalami peningkatan tekanan darah akibat proses penuaan dan penurunan elastisitas pembuluh darah.

Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang digunakan untuk menggambarkan distribusi dan karakteristik setiap variabel penelitian secara deskriptif. Pada penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) pada responden penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 1. Frekuensi Efikasi Diri

Variabel	Frekuensi	Persentase
Efikasi Diri		
Rendah	0	0
Sedang	27	42,2
Tinggi	37	57,8

Sumber : data primer penelitian (2026)

Berdasarkan tabel tersebut juga diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat efikasi diri tinggi, yaitu sebanyak 37 responden (57,8%), diikuti oleh responden dengan efikasi diri sedang sebanyak 27 responden (42,2%), dan tidak terdapat responden dengan efikasi diri rendah.

Tabel 2. Frekuensi Mean Arterial Pressure (MAP)

Variabel	Frekuensi	Persentase
<i>Mean Arterial Pressure</i>		
Normal	43	67,2
Tinggi	21	32,8

Sumber : data primer penelitian (2026)

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 64 orang. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki nilai Mean Arterial Pressure (MAP) dalam kategori normal, yaitu sebanyak 43 responden (67,2%), sedangkan responden dengan kategori MAP tinggi sebanyak 21 responden (32,8%). Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum tekanan darah responden berada dalam kondisi yang relatif terkontrol.

Statistik deskriptif pada penelitian ini disajikan untuk menggambarkan karakteristik data efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) responden. Penyajian statistik deskriptif mencakup pengelompokan responden berdasarkan kategori MAP dan tingkat efikasi diri yang telah ditentukan. Deskripsi ini dimaksudkan untuk memperlihatkan sebaran responden pada masing-masing kategori variabel penelitian. Uraian statistik deskriptif tersebut disusun sebagai bagian awal dari pengolahan data penelitian sebelum dilakukan analisis statistik lanjutan yang berkaitan dengan hubungan antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP).

Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai syarat penggunaan uji statistik parametrik. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan sebelum analisis hubungan antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP).

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov–Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,095 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal, sehingga analisis hubungan antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) dapat dilanjutkan menggunakan uji korelasi Pearson.

Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure (MAP) pada responden. Analisis hubungan dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Pearson, karena data telah memenuhi syarat uji normalitas.

Tabel 3. Distribusi Data Hubungan Efikasi Diri dengan Mean Arterial Pressure (MAP)

Variabel		
Efikasi diri dan <i>Mean Arterial Pressure</i>	<i>r</i>	-0,751
	<i>p</i>	0,000
	<i>n</i>	64

Berdasarkan tabel diatas, hasil analisis bivariat menggunakan uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) sebesar $-0,751$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Nilai p -value tersebut lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP).

Nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat berlawanan arah, yaitu semakin tinggi tingkat efikasi diri maka nilai Mean Arterial Pressure (MAP) cenderung semakin rendah. Berdasarkan kekuatan hubungan, nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) berada dalam kategori kuat.

Hasil analisis ini menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki keterkaitan dengan kondisi tekanan darah responden. Efikasi diri mencerminkan keyakinan individu terhadap

kemampuan dirinya dalam mengelola kondisi kesehatan yang dimiliki. Responden dengan tingkat efikasi diri yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol perilaku yang berhubungan dengan kesehatan, sehingga nilai Mean Arterial Pressure (MAP) yang dihasilkan cenderung lebih rendah.

Hubungan yang kuat dan berlawanan arah antara efikasi diri dan Mean Arterial Pressure (MAP) menunjukkan bahwa perbedaan tingkat efikasi diri dapat berkontribusi terhadap variasi nilai MAP pada responden. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan efikasi diri berpotensi berperan dalam upaya pengendalian tekanan darah, meskipun faktor lain di luar penelitian ini juga dapat memengaruhi nilai MAP.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diperoleh diatas kemudian akan dilakukan pembahasan yang lebih lanjut. Pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan data hasil penelitian yang kemudian dikaitkan dengan teori yang terkait :

Tingkat efikasi diri pada pasien hipertensi dalam mengelola tekanan darah.

Efikasi diri merupakan konsep yang menggambarkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur, mengendalikan, dan mempertahankan perilaku tertentu untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Dalam konteks kesehatan, efikasi diri berperan sebagai faktor psikologis internal yang memengaruhi cara individu memandang kondisi kesehatannya, merespons penyakit, serta mengambil keputusan terkait perawatan diri. Pada pasien hipertensi, efikasi diri menjadi aspek yang sangat penting karena hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang dan konsistensi dalam menjalani terapi, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis (Bandura, 2018).

Pengelolaan hipertensi tidak hanya bergantung pada pengobatan farmakologis, tetapi juga keterlibatan aktif pasien dalam menjalankan perilaku kesehatan, seperti kepatuhan minum obat, penerapan pola makan rendah garam, aktivitas fisik teratur, serta pengelolaan stres. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menjalankan seluruh anjuran tersebut secara konsisten meskipun menghadapi berbagai hambatan selama proses pengobatan. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri dapat menyebabkan pasien merasa tidak mampu, kurang termotivasi, dan berisiko mengabaikan pengelolaan tekanan darah, sehingga berdampak pada ketidakstabilan kondisi hipertensi (Sitanggang et al., 2025).

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar responden memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi dalam pengelolaan tekanan darah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi yang aktif mengikuti program prolanis memiliki keyakinan yang cukup baik terhadap kemampuannya dalam mengendalikan kondisi penyakit yang dialami. Tingginya efikasi diri tersebut menjadi faktor pendukung penting dalam menjaga kestabilan tekanan darah, karena keyakinan diri yang baik berkaitan erat dengan perilaku perawatan diri yang lebih optimal dan berkelanjutan.

Efikasi diri yang tinggi pada responden dipengaruhi oleh pengalaman pribadi pasien dalam menjalani pengobatan hipertensi. Pasien yang telah lama menjalani terapi dan pernah mengalami keberhasilan dalam menurunkan tekanan darah cenderung memiliki keyakinan yang lebih kuat terhadap kemampuannya sendiri. Pengalaman keberhasilan tersebut berperan sebagai penguat positif yang memperkuat efikasi diri pasien dalam mengelola tekanan darah secara mandiri (Farida et al., 2024).

Selain pengalaman pribadi, dukungan keluarga juga memiliki peran penting dalam pembentukan efikasi diri pasien hipertensi. Dukungan emosional, instrumental, dan informasional dari anggota keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri pasien dalam menjalani pengobatan dan perubahan gaya hidup. Pasien yang merasa mendapatkan dukungan cenderung lebih optimis, termotivasi, dan konsisten dalam menerapkan perilaku perawatan diri. Hal ini sejalan dengan teori sosial kognitif yang menyatakan bahwa lingkungan sosial berperan signifikan dalam membentuk dan memperkuat efikasi diri individu (Bandura, 2018).

Peran tenaga kesehatan juga tidak dapat diabaikan dalam meningkatkan efikasi diri pasien hipertensi. Edukasi kesehatan yang diberikan secara rutin dan berkesinambungan, khususnya melalui program Prolanis, dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien mengenai penyakit hipertensi serta cara pengelolaannya. Pemahaman yang baik akan membentuk persepsi bahwa hipertensi merupakan kondisi yang dapat dikendalikan apabila pasien menjalankan anjuran kesehatan dengan benar. Penelitian Jannah et al. (2025) menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi berhubungan dengan kepatuhan dan perilaku manajemen diri yang lebih baik pada pasien hipertensi.

Efikasi diri dapat dipandang sebagai modal psikologis yang sangat penting dalam pengelolaan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tingkat efikasi diri yang baik memungkinkan pasien untuk lebih aktif, mandiri, dan bertanggung jawab terhadap

kondisi kesehatannya, sehingga mendukung keberhasilan pengendalian hipertensi dalam jangka panjang. Oleh karena itu, upaya peningkatan efikasi diri melalui edukasi kesehatan, komunikasi terapeutik, serta keterlibatan keluarga perlu menjadi bagian integral dari intervensi keperawatan dan pelayanan kesehatan.

Mean Arterial Pressure pada pasien hipertensi

Mean Arterial Pressure (MAP) merupakan indikator tekanan darah rata-rata yang menggambarkan besarnya tekanan yang diterima pembuluh darah selama satu siklus jantung. MAP berperan penting dalam menjaga kecukupan perfusi darah ke organ vital seperti otak, jantung, dan ginjal. Pada pasien hipertensi, peningkatan nilai MAP mencerminkan adanya tekanan yang berlangsung secara kronis pada dinding arteri, yang dalam jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan organ target seperti hipertrofi ventrikel kiri, gangguan fungsi ginjal, dan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai MAP pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cepogo berada pada kategori normal hingga tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengendalian tekanan darah pada sebagian responden belum sepenuhnya optimal meskipun pasien telah mengikuti program Prolanis. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh variasi perilaku pasien dalam menjalani terapi, termasuk ketidakteraturan konsumsi obat antihipertensi, pola makan yang masih tinggi natrium, aktivitas fisik yang belum dilakukan secara konsisten, serta stres psikologis yang berkepanjangan.

Sitanggang et al. (2022) menyatakan bahwa kepatuhan minum obat dan penerapan gaya hidup sehat memiliki pengaruh signifikan terhadap kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi. Pasien yang memiliki kepatuhan terapi yang baik cenderung mampu menjaga tekanan darah dalam batas normal, sehingga nilai MAP dapat dipertahankan pada rentang yang aman. Kepatuhan ini mencakup keteraturan konsumsi obat sesuai dosis dan jadwal, serta kesadaran pasien dalam menerapkan anjuran tenaga kesehatan secara berkelanjutan.

Selain kepatuhan pengobatan, pola makan rendah garam merupakan faktor penting dalam pengendalian MAP. Konsumsi natrium yang berlebihan dapat meningkatkan volume intravaskular dan resistensi perifer, yang pada akhirnya menyebabkan peningkatan tekanan darah dan nilai MAP. Jannah et al. (2025) menjelaskan bahwa pasien hipertensi yang mampu mengontrol asupan garam dan menerapkan pola makan sehat

menunjukkan tekanan darah yang lebih stabil dibandingkan pasien yang tidak membatasi konsumsi natrium.

Aktivitas fisik juga berperan dalam memengaruhi nilai MAP pada pasien hipertensi. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan elastisitas pembuluh darah dan menurunkan resistensi perifer, sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Lestari et al. (2024) menyatakan bahwa pasien hipertensi yang memiliki motivasi tinggi untuk berolahraga cenderung memiliki tekanan darah yang lebih terkontrol dan risiko peningkatan MAP yang lebih rendah.

Faktor lain yang turut memengaruhi nilai MAP adalah kemampuan pasien dalam mengelola stres. Stres psikologis yang tidak terkelola dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis dan pelepasan hormon stres, seperti kortisol dan adrenalin, yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Sitanggang et al. (2022) menegaskan bahwa manajemen stres yang baik merupakan bagian penting dari pengendalian hipertensi dan berperan dalam menjaga kestabilan MAP.

Program Prolanis yang dijalankan di Puskesmas Cepogo memiliki peran strategis dalam membantu pasien hipertensi mengendalikan tekanan darah melalui pemantauan rutin, edukasi kesehatan, serta pendampingan berkelanjutan. Namun, keberhasilan program ini sangat bergantung pada keterlibatan aktif pasien dalam menerapkan perilaku perawatan diri dalam kehidupan sehari-hari. Jannah et al. (2025) menyatakan bahwa pasien dengan manajemen diri yang baik dan konsisten menunjukkan pengendalian tekanan darah yang lebih optimal.

Nilai MAP pada pasien hipertensi merupakan hasil interaksi berbagai faktor, baik medis maupun perilaku. Pengendalian MAP tidak hanya dapat melalui pengobatan farmakologis, tetapi juga memerlukan perubahan gaya hidup yang berkelanjutan, peningkatan kepatuhan terapi, serta pengelolaan stres yang efektif. Oleh karena itu, pendekatan komprehensif melalui edukasi kesehatan, dukungan keluarga, dan optimalisasi program Prolanis sangat diperlukan untuk menjaga kestabilan MAP dan mencegah komplikasi hipertensi dalam jangka panjang.

Hubungan efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure pada pasien hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cepogo.

Hubungan ini menunjukkan bahwa efikasi diri sebagai faktor psikologis memiliki peran penting dalam pengendalian tekanan darah. Semakin baik tingkat efikasi diri pasien, semakin besar kemampuan pasien dalam mengelola tekanan darahnya, yang tercermin dari nilai MAP yang lebih terkontrol. Pengobatan dan perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk mengendalikan tekanan darah.

Bandura et al. (2018) dalam teori sosial kognitif menjelaskan bahwa efikasi diri memengaruhi cara individu berpikir, bersikap, dan bertindak ketika menghadapi kondisi kesehatan kronis. Pada pasien hipertensi, efikasi diri menjadi dasar dalam pembentukan perilaku perawatan diri karena pasien dengan keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih konsisten dalam menjalankan anjuran kesehatan. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah dapat menyebabkan pasien merasa kurang mampu mengendalikan penyakitnya, sehingga berdampak pada ketidakpatuhan terhadap pengobatan dan gaya hidup sehat.

Hubungan antara efikasi diri dan MAP dapat dijelaskan melalui jalur perilaku kesehatan. Efikasi diri yang tinggi meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antihipertensi sesuai dosis dan jadwal yang dianjurkan. Kepatuhan minum obat berperan dalam menurunkan resistensi vaskular perifer dan menjaga kestabilan tekanan darah, sehingga berkontribusi terhadap pengendalian nilai MAP. Sitanggang et al. (2022) menyatakan bahwa kepatuhan terapi merupakan salah satu faktor utama dalam keberhasilan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Selain kepatuhan terapi, efikasi diri juga berperan dalam penerapan diet rendah garam. Pasien dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu mengontrol pola makan dan membatasi asupan natrium. Pembatasan konsumsi garam dapat menurunkan volume intravaskular dan tekanan pada dinding pembuluh darah, sehingga membantu menjaga tekanan darah tetap stabil dan mencegah peningkatan MAP. Jannah et al. (2025) menjelaskan bahwa perilaku manajemen diri yang baik, termasuk pengaturan pola makan, berhubungan dengan tekanan darah yang lebih terkontrol.

Efikasi diri juga memengaruhi keterlibatan pasien dalam aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan elastisitas pembuluh darah, memperbaiki fungsi kardiovaskular, serta menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Lestari et al. (2024) menyatakan bahwa pasien hipertensi dengan efikasi diri yang tinggi lebih termotivasi untuk melakukan aktivitas fisik dan menunjukkan tekanan darah yang lebih stabil.

Selain faktor perilaku, efikasi diri juga berhubungan dengan kemampuan pasien dalam mengelola stres. Pasien dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi stres, sehingga mampu menekan aktivasi sistem saraf simpatis dan pelepasan hormon stres yang dapat meningkatkan tekanan darah. Pengelolaan stres yang baik berperan dalam menjaga kestabilan tekanan darah dan nilai MAP (Sitanggang et al., 2022).

Hubungan efikasi diri dan MAP juga dipengaruhi oleh pengalaman pasien dalam menjalani penyakit hipertensi serta keterlibatan dalam program prolanis. Pasien yang telah lama menjalani pengobatan dan pernah mengalami keberhasilan dalam mengendalikan tekanan darah cenderung memiliki efikasi diri yang lebih kuat. Pengalaman tersebut memperkuat keyakinan untuk mempertahankan perilaku perawatan diri. Jannah et al. (2025) menyatakan bahwa edukasi dan pemantauan rutin oleh tenaga kesehatan mendukung manajemen diri pasien hipertensi. Dapat dijelaskan melalui teori efikasi diri Bandura yang menyatakan bahwa keyakinan terhadap kemampuannya terbentuk dari empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman mengamati, persuasi verbal atau dukungan sosial, serta keadaan fisiologis dan emosional.

Berdasarkan hasil pengukuran efikasi diri menggunakan kuesioner General Self-Efficacy Scale (GSES), rata-rata pasien dalam penelitian ini memiliki tingkat efikasi diri pada kategori sedang hingga tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan diri yang cukup baik dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai situasi atau tantangan, sesuai dengan konsep efikasi diri menurut Bandura, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam menghadapi suatu kondisi. Dengan demikian, efikasi diri dapat dipandang sebagai salah satu modal psikologis penting bagi pasien dalam menghadapi penyakit kronis seperti hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara singkat dengan beberapa pasien diketahui bahwa pasien rutin mengikuti kegiatan Prolanis, mengonsumsi obat secara teratur, serta berupaya mengurangi asupan garam. Informasi dari pengurus program Prolanis juga menunjukkan bahwa kegiatan Prolanis dilaksanakan secara rutin, disertai dengan pemberian edukasi kesehatan dan pemantauan tekanan darah secara berkala. Kondisi ini sejalan dengan teori Bandura yang menyatakan bahwa efikasi diri dapat memengaruhi bagaimana individu bersikap, berusaha, dan bertahan dalam menjalankan suatu perilaku

kesehatan, sehingga dukungan program dan edukasi kesehatan dapat memperkuat peran efikasi diri dalam upaya pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Pengalaman keberhasilan (Mastery experience) merupakan sumber utama pembentukan efikasi diri karena berasal dari pengalaman nyata individu dalam mencapai hasil yang diharapkan. Penelitian oleh Wandani et al. (2024) menunjukkan bahwa pasien hipertensi yang berhasil mempertahankan kepatuhan minum obat, rutin mengikuti kontrol kesehatan, serta aktif dalam kegiatan pengelolaan penyakit kronis seperti Prolanis, memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dan tekanan darah yang lebih terkontrol.

Sejalan dengan penelitian tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki nilai Mean Arterial Pressure (MAP) yang lebih terkontrol. Sebagian besar pasien dengan MAP dalam kategori normal adalah pasien yang telah lama menjalani pengobatan hipertensi, rutin kontrol tekanan darah, serta aktif mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Cepogo, seperti senam Prolanis mingguan dan pemeriksaan kesehatan berkala. Keberhasilan pasien dalam menjaga tekanan darah tetap stabil dari waktu ke waktu menjadi pengalaman positif yang memperkuat keyakinan bahwa mereka mampu mengelola penyakitnya.

Adanya pengalaman keberhasilan tersebut, pasien menjadi lebih percaya diri dalam menjalankan terapi dan mempertahankan perilaku hidup sehat. Hal ini berdampak langsung pada kestabilan tekanan darah, yang terkontrol. Temuan ini memperkuat bahwa pengalaman keberhasilan berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri dan berkontribusi terhadap pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Pengalaman mengamati (Vicarious Experience) terjadi ketika individu melihat keberhasilan orang lain yang memiliki kondisi serupa, sehingga menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya juga mampu mencapai hasil yang sama. Penelitian oleh Kurdi et al. (2024) menyebutkan bahwa pasien hipertensi yang melihat keberhasilan sesama pasien dalam mengontrol tekanan darah menunjukkan peningkatan motivasi dan efikasi diri dalam menjalani pengelolaan penyakitnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan tersebut, di mana pasien yang aktif mengikuti kegiatan prolanis dan berinteraksi dengan pasien hipertensi lain cenderung memiliki efikasi diri lebih baik. Dalam kegiatan Prolanis di Puskesmas Cepogo, pasien tidak hanya mendapatkan pelayanan kesehatan, tetapi juga saling berbagi pengalaman mengenai keberhasilan mengontrol tekanan darah, kepatuhan minum obat, dan perubahan

gaya hidup. Proses saling mengamati keberhasilan tersebut mendorong pasien untuk meniru perilaku positif yang dilakukan oleh pasien lain.

Pengalaman mengamati ini secara tidak langsung memengaruhi kestabilan tekanan darah. Pasien yang termotivasi melalui contoh keberhasilan orang lain menjadi lebih konsisten dalam pengelolaan hipertensi, sehingga tekanan darah lebih terkontrol dibandingkan pasien yang kurang terpapar pengalaman vikarius.

Persuasi verbal (Verbal Persuasion) berupa dorongan, motivasi, dan edukasi dari tenaga kesehatan maupun keluarga dapat memperkuat efikasi diri pasien. Penelitian oleh Sari et al. (2023) menyatakan bahwa dukungan verbal dari perawat dan keluarga berpengaruh terhadap kepatuhan pengobatan dan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang mendapatkan edukasi rutin, pengingat minum obat, serta dukungan keluarga memiliki efikasi diri yang lebih tinggi dan tekanan darah yang lebih stabil. Di Puskesmas Cepogo, perawat berperan aktif memberikan edukasi mengenai diet rendah garam, kepatuhan minum obat, serta pentingnya mengikuti Prolanis. Selain itu, keluarga turut berperan dalam mengingatkan pasien untuk kontrol dan menjalani terapi secara teratur.

Dukungan verbal yang diterima pasien meningkatkan keyakinan bahwa mereka mampu mengelola penyakitnya. Efikasi diri yang terbentuk melalui persuasi verbal ini mendorong pasien untuk lebih patuh terhadap pengobatan dan konsisten menjalankan gaya hidup sehat, sehingga berkontribusi terhadap pengendalian tekanan darah.

Kondisi fisiologis dan emosional (Physiological and Emotional State) pasien turut memengaruhi tingkat efikasi diri. Penelitian oleh Munawaroh dan Salam (2023) menunjukkan bahwa stres dan kecemasan yang tidak terkelola dengan baik dapat menurunkan efikasi diri dan berdampak pada ketidakstabilan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan tersebut, di mana pasien dengan efikasi diri rendah cenderung memiliki tekanan darah yang lebih tinggi atau tidak terkontrol. Berdasarkan pengamatan selama penelitian, pasien yang jarang mengikuti kegiatan prolanis, kurang aktif berinteraksi, dan sering merasa cemas terhadap kondisi kesehatannya menunjukkan pengelolaan hipertensi yang kurang optimal. Sebaliknya, pasien yang aktif mengikuti Prolanis dan merasa kondisi tubuhnya lebih bugar cenderung memiliki emosi yang lebih stabil dan efikasi diri yang lebih baik.

Kondisi fisiologis dan emosional yang positif membantu pasien mempertahankan perilaku kesehatan yang adaptif. Dengan efikasi diri yang baik, pasien lebih mampu mengelola stres, mematuhi pengobatan, dan menjaga gaya hidup sehat. Peningkatan efikasi diri pada pasien hipertensi dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan, baik secara individu maupun kelompok. Edukasi yang diberikan tidak hanya berfokus pada pengetahuan tentang penyakit, tetapi juga pada keterampilan praktis seperti cara mengontrol diet rendah garam, pentingnya aktivitas fisik teratur, kepatuhan minum obat, serta pemantauan tekanan darah secara mandiri.

Pendekatan edukasi yang disertai demonstrasi, diskusi, dan umpan balik terbukti mampu meningkatkan keyakinan pasien terhadap kemampuannya dalam melakukan perawatan diri. Penelitian Baskara et al. (2023) menunjukkan bahwa pasien hipertensi yang mendapatkan edukasi dan pendampingan kesehatan memiliki tingkat self-efficacy yang lebih tinggi dan lebih patuh dalam menjalankan aktivitas fisik sebagai bagian dari pengendalian tekanan darah. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman yang diikuti pengalaman langsung dapat memperkuat rasa mampu (sense of control) sehingga pasien lebih konsisten dalam menjalankan perilaku kesehatan.

Selain edukasi, dukungan sosial dari tenaga kesehatan dan keluarga juga merupakan faktor penting dalam memperkuat efikasi diri pasien hipertensi. Dukungan berupa motivasi, pengingat minum obat, serta keterlibatan keluarga dalam mengawasi pola makan dan aktivitas pasien dapat membantu pasien mempertahankan perilaku sehat secara berkelanjutan. Interaksi yang positif antara pasien dan tenaga kesehatan, seperti melalui program pengelolaan penyakit kronis atau kontrol rutin, dapat memberikan persuasi verbal yang memperkuat keyakinan pasien bahwa hipertensi dapat dikendalikan. Waluya et al. (2024) menyatakan bahwa efikasi diri yang baik berhubungan signifikan dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi, di mana pasien yang merasa didukung secara emosional dan informasional menunjukkan pengelolaan penyakit yang lebih optimal. Dengan demikian, kombinasi edukasi berkelanjutan dan dukungan sosial menjadi strategi efektif dalam meningkatkan efikasi diri sehingga pasien mampu mempertahankan perubahan gaya hidup dan mencapai pengendalian tekanan darah yang lebih stabil.

Setelah memahami peran efikasi diri, MAP atau tekanan arteri rata-rata merupakan indikator utama dalam menilai status hemodinamik dan perfusi (aliran darah) ke organ

vital seperti otak, jantung, dan ginjal. MAP digunakan untuk memastikan organ menerima suplai oksigen yang adekuat, dengan nilai minimal ≥ 60 –65 mmHg yang diperlukan untuk mempertahankan fungsi organ. MAP juga merupakan penanda yang lebih akurat dibandingkan tekanan sistolik saja dalam menunjukkan seberapa baik darah mengalir dan memasok nutrisi ke jaringan tubuh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden telah memiliki efikasi diri yang tinggi, namun masih ditemukan nilai MAP yang tinggi pada beberapa pasien. Kondisi ini menunjukkan pengendalian tekanan darah tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga oleh faktor biologis dan gaya hidup lainnya. Riwayat keluarga atau faktor genetik merupakan salah satu penyebab yang tidak dapat dimodifikasi, karena individu dengan orang tua atau anggota keluarga yang menderita hipertensi memiliki kecenderungan lebih besar mengalami peningkatan tekanan darah akibat pengaruh pewarisan sifat terhadap regulasi vaskular, metabolisme natrium, dan sistem renin–angiotensin. Kondisi ini menyebabkan tekanan darah tetap tinggi walaupun individu telah berupaya melakukan pengendalian melalui perilaku sehat (Susniati & Asiah, 2024).

Usia juga berperan dalam peningkatan MAP. Bertambahnya usia menyebabkan perubahan struktural pada pembuluh darah berupa penurunan elastisitas dan peningkatan kekakuan arteri (arterial stiffness). Perubahan fisiologis ini mengakibatkan pembuluh darah kurang mampu beradaptasi terhadap aliran darah, sehingga tekanan arteri rata-rata cenderung meningkat secara alami sebagai bagian dari proses penuaan (Manungkalit et al., 2023).

Faktor lain yang turut memengaruhi adalah obesitas. Penumpukan jaringan lemak tubuh dapat meningkatkan beban kerja jantung, memperbesar volume darah, serta menimbulkan resistensi vaskular perifer yang lebih tinggi. Obesitas juga berkaitan dengan aktivasi sistem saraf simpatis dan gangguan metabolik yang dapat memperburuk regulasi tekanan darah, sehingga MAP menjadi lebih sulit dikendalikan meskipun pasien memiliki motivasi dan keyakinan diri yang baik (Tsany et al., 2024).

Di samping faktor biologis tersebut, kebiasaan hidup sehari-hari memiliki kontribusi besar terhadap tingginya MAP. Pola makan tinggi garam dan lemak, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi kafein berlebihan, serta pola istirahat yang tidak teratur dapat mempertahankan tekanan darah dalam kondisi tinggi. Asupan natrium

yang berlebih menyebabkan retensi cairan dan peningkatan volume sirkulasi, sedangkan kurangnya aktivitas fisik menurunkan elastisitas pembuluh darah dan efisiensi kerja jantung. Kebiasaan merokok juga dapat memicu vasokonstriksi dan kerusakan endotel, yang pada akhirnya meningkatkan resistensi pembuluh darah (Hariyono et al., 2024).

Meskipun efikasi diri berperan penting dalam mendorong perilaku pengelolaan hipertensi, nilai MAP tetap dipengaruhi oleh kombinasi faktor genetik, proses penuaan, kondisi obesitas, serta kebiasaan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian tekanan darah memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya meningkatkan keyakinan diri pasien tetapi juga mengendalikan faktor risiko lainnya melalui perubahan gaya hidup dan pemantauan kesehatan secara berkelanjutan (Indriani et al., 2024).

Berdasarkan seluruh uraian pembahasan, dapat di simpulkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi. Efikasi diri yang baik mendorong pasien untuk lebih mampu mengelola penyakitnya melalui kepatuhan minum obat, keteraturan kontrol kesehatan, penerapan pola hidup sehat, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan pengelolaan penyakit kronis seperti Prolanis. Perilaku pengelolaan diri tersebut berkontribusi terhadap kestabilan tekanan darah yang tercermin dari nilai MAP yang lebih terkontrol.

Hubungan antara efikasi diri dan MAP dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui empat sumber utama efikasi diri, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman mengamati, persuasi verbal atau dukungan sosial, serta kondisi fisiologis dan emosional. Keempat sumber tersebut saling berkaitan dalam membentuk keyakinan pasien terhadap kemampuannya mengendalikan hipertensi. Semakin positif pengalaman dan dukungan yang diterima pasien, semakin kuat efikasi diri yang dimiliki, sehingga pasien lebih konsisten dalam menjalankan perilaku kesehatan.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa penguatan efikasi diri merupakan aspek penting dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Peningkatan efikasi diri melalui edukasi, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, serta keterlibatan aktif pasien dalam program seperti Prolanis diharapkan dapat membantu mencapai pengendalian Mean Arterial Pressure (MAP) secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi di Puskesmas Cepogo dan menunjukkan

bahwa efikasi diri berperan penting dalam pengelolaan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki tingkat efikasi diri dalam kategori baik serta nilai MAP yang relatif terkontrol, dan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan MAP, di mana semakin tinggi efikasi diri maka semakin optimal pengendalian tekanan darah. Berdasarkan temuan tersebut, pasien diharapkan meningkatkan kepatuhan pengobatan, kontrol rutin, dan penerapan gaya hidup sehat; petugas puskesmas diharapkan memperkuat edukasi dan optimalisasi program Prolanis; peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan variabel dan intervensi yang lebih luas; serta institusi pendidikan, khususnya Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pengembangan kajian ilmiah terkait pengelolaan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2025). Understanding Blood Pressure Readings. <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/understanding-blood-pressure-readings>
- Amir, F., & Abdillah, A. (2023). Penguatan Resiliensi Mempengaruhi Regulasi Respon Hemodinamika Sistemik Melalui Kontrol Mean Arterial Pressure Pasien Hipertensi. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 14(4), 375–382. <https://doi.org/10.36089/nu.v14i4.1659>
- Angelina, R., Nurmainah, & Robiyanto. (2018). Profil Mean Arterial Pressure dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Krisis dengan Kombinasi Amlodipin. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 7(3), 172–179. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2018.7.3.172>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (2018). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman.
- Betrianah, R. E., Pambudi, R. S., & Khusna, K. (2025). Identifikasi Drug Related Problems Pasien Hipertensi dengan Gagal Ginjal Kronik di Instalasi Rawat Inap RSUD Raja Ahmad Tabib Kepulauan Riau. *An-Najat: Jurna Ilmu Farmasi Dan Kesehatan Volume*, 3(2), 304–320. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v3i2.2525>
- Br.Siahaan, R. H., Utomo, W., & Herlina. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dan Efikasi Diri dengan Motivasi Lansia Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 43–53. <https://doi.org/10.14710/hnhs.5.1.2022.43-53>
- Cayadewi, N. M., Meilianingsih, L., Rumijati, T., & Susanti, S. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Dewasa Umur 26–45 Tahun. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightin*, 4(2), 22–28. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v4i2.2629>
- Delavera, A., Siregar, K. N., Bahar, R. J., & Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan Volume*,

- 1(3), 148–159. <https://doi.org/10.7454/bikfokes.v1i3.1014>
- Devi, M., Lutfi, M. I., Wiratningrum, N. K. D., Hanum, A. N., Himayani, R., & Sangging, P. R. A. (2023). Penegakan Diagnosis dan Penatalaksanaan Retinopati Hipertensi. *Medula*, 13(4), 174–181. <https://doi.org/10.53089/medula.v13i4.1.697>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali. (2024). Profil Kesehatan Kabupaten Boyolali Tahun 2024.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2023.
- Farida, I., & Susmadi, S. (2020). Pengaruh pelatihan efikasi diri terhadap tekanan darah lansia hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(2), 139 <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i2.1448>
- Hall, J. E., & Hall, M. E. (2021). Guyton and Hall: Textbook of Medical Physiology. Elsevier. https://doi.org/10.4103/sni.sni_327_17
- Haq, M. S., Mappaware, N. A., Basyar, Madya, F., & Nulanda, M. (2024). Skrining Hipertensi Dalam Kehamilan Dengan Pemeriksaan Mean Arterial Pressure (MAP) and Roll Over Test (ROT) Dalam Pencegahan Preeklamsia. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 7714–7721. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.33068>
- Hardianto, W., Rasni, H., Susumaningrum, L. A., Kurdi, F., & Fitria, Y. (2024). Self-Efficacy and Quality of Life Among Farmers in Indonesia: A Literature Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia (JKKI)*, 4(1), 51–67. <https://doi.org/10.58545/jkki.v4i1.144>
- Hariyono, H., Peristiowati, Y., & Arantrinita. (2024). The relationship between self efficacy and Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet and blood pressure of hypertensive patients. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2). <https://doi.org/10.30994/sjik.v13i2.1129>
- Indriani, I., Wulan, S., Syavani, D., Khairani, N., & Sanisahhuri. (2024). Hubungan konsumsi garam, merokok dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sindang Dataran Kabupaten Rejang Lebong Provinsi Bengkulu. *Jurnal Kesehatan*, 1(1).
- Jannah, N., Roesardhyati, R., & Laksono, B. B. (2025). Hubungan efikasi diri dengan perilaku manajemen diri pada pasien hipertensi di Posyandu Lansia Sumber Rejo Kota Batu. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 5(5), . <https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i5.1217>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Laporan Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2022.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman Teknis Penanggulangan Hipertensi Di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Dasar.
- Khoiriyah, N., & Amalia, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Puskesmas 23 Ilir Palembang Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Bina Husada*, 16(2), 43–47. <https://doi.org/10.58231/jkbh.v16i02.212>
- Kurdi, F., Susumaningrum, L. A., & Kusumadani, F. (2024). Hubungan Self Efficacy dengan Self Care Management Hipertensi pada Lansia di UPT PSTW Jember. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(2), 297–304. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss2.1600>
- Kusuma, N. D., & Ariwibowo, D. D. (2025). Gambaran Komplikasi Hipertensi di RSUD Cengkareng Tahun 2021-2022. *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)*, 7(1), 370–381.

<https://doi.org/10.59141/jsi.v7i01.267>

- Lestari, I. D., Mutmainna, A., & Irmayani. (2024). Hubungan efikasi diri dengan motivasi pada pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darah. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(3), 1–5. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v4i3.1400>
- Manungkalit, M., Novita, S. N., & Puput, N. N. A. (2023). Pengaruh aktivitas fisik terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(1). <https://doi.org/10.54040/jpk.v14i1.249>
- Mardiyanti, I., Rahayu, E. P., & Zuwariah, N. (2023). The effectiveness of triple elimination examination (HIV, syphilis, hepatitis), roll over test (ROT) and mean arterial pressure (MAP) and self hypnosis on emergency management of high risk pregnant women during pandemic. *Bali Medical Journal (Bali MedJ)*, 12(2), 1995–1997. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i2.4422>
- Meliasari, D., Sukarmin, & Setyaningrum, Y. (2025). Hubungan Stres Dengan Nilai Mean Arterial Pressure Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pati II. *Jurnal Ners*, 9(2), 2491–2497. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.43289>
- Momuat, A. G. F., & Annisaa, E. (2023). Evaluasi Rasionalitas Penggunaan Antihipertensi Golongan Angiotensin II Receptor Blocker (ARB) Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis. *Generics : Journal of Research in Pharmacy*, 3(1), 55–64. <https://doi.org/10.14710/genres.v3i1.17210>
- Munawaroh, S., & Salam, A. Y. (2023). Hubungan Fikasi Diri Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Asinan Desa Brani Wetan Kecamatan Maron Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(9), 50–58.
- Nabila, R. I., Herlinawati, Ariyanto, S., & Ronanarasafa. (2025). Hubungan Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja PUSKESMAS Gunungsari Lombok Barat. *Bioscientist: Jurnal Ilmiah Biologi*, 13(1), 364–373. <https://doi.org/doi.org/10.33394/bioscientist.v13i1.14534>
- Nadroh, Y., Yulianto, Muzakar, Podojoyo, & Sartono. (2024). Prevalensi Hipertensi Pada Wanita Pascamenopaus. *Jurnal Media Kesehatan*, 17(1), 1–10.
- Octaryana, & Syarif, S. (2025). Hubungan Obesitas Sentral Dengan Hipertensi Derajat 1 Pada Wanita Di Indonesia (Analisis Data SKI 2023). *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 4110–4122. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.47303>
- Olpah, M., Riduansyah, M., & Manto, O. A. D. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Grade I. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(3), 104–112. <https://doi.org/10.32419/jppni.v7i3.362>
- Patty, K. E., Kurniadhi, D., & Winaktu, G. J. M. T. (2024). Prevalensi dan Gambaran Penyakit Arteri Perifer Ekstremitas Bawah Berdasarkan Nilai ABI Pada Lansia Rawat Inap di RS UKRIDA. *Jurnal MedScientiae*, 3(2), 254–259. <https://doi.org/10.36452/JMedScientiae.v3i2.3337>
- Prasetyo, R. W. (2022). Hubungan Antara Sedentary Lifestyle dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja PT. Pupuk Kalimantan Timur Selama Masa Pandemi COVID-19 di Kota Surabaya. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(11), 1420–1424. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i11.2869>
- Purwaningtyas, A. V., & Barliana, M. I. (2021). Review: Efek Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor (ACEI) Dan Angiotensin Receptor Blocker (ARB) Sebagai Kardioprotektor Terhadap Cardiovascular Events. *Farmaka*, 19(4), 76–87. <https://doi.org/10.24198/farmaka.v19i4.34939>

- Rajati, F. A., & Rosyidb, F. N. (2025). Hubungan Self-Efficacy Dengan Self-Care Management Penyandang Hipertensi. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 24(1), 159–165. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v24i1.768>
- Rumaisyah, Fatmawati, I., Arini, F. A., & Octaria, Y. C. (2023). Hubungan Tipe-Tipe Obesitas dengan Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Indonesia Association between Types of Obesity and Hypertension in Young Adults in Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(2), 24–30. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.24-30>
- Sangadah, A. S., Mustajab, A. A., & Mulyani, S. (2024). Kombinasi Senam Lansia dan Obat Anti Hipertensi Berpengaruh terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 14(2), 14–22. <https://doi.org/10.24929/fik.v14i2.3644>
- Saputra, Y. E., Purwantiningsih, & Nugroho, A. E. (2025). Pola Peresepan Obat Antihipertensi Pada Pasien Geriatri. *Majalah Farmaseutik*, 21(1), 85–91. <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v21i1.96041>
- Sari, G. M., Kurniawan, V. E., Puspita, E., & Amalia, S. D. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poli Jantung Rumah Sakit Husada Utama Surabaya. *Prima Wiyata Health*, 4(1), 47–63. <https://doi.org/10.60050/pwh.v4i1.39>
- Sari, K. D. P., Wiardani, N. Ko., & Sugiani, P. P. S. (2023). Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 12(3), 209–216. <https://doi.org/10.33992/jig.v12i3.2184>
- Sari, S. G. K., Rukmana, N. M., & Sari, N. N. (2025). Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumur Batu Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 12(4), 673–682. <https://doi.org/10.33024/jikk.v12i4.17760>
- Sitanggang, Y. A., & Fadhilah, M. I. (2022). Hubungan efikasi diri dengan tindakan perawatan diri pasien hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(1), 60–66. <https://doi.org/10.54004/jikis.v10i1.77>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukun, S. B., Anisyah, L., & Hasana, A. R. (2024). Profil Penggunaan Obat Antihipertensi Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit “X” Kota Malang Periode Januari-Desember 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(8), 4027–4038.
- Sulistyarini, R. I., Adha, A. A. A., & Maulina, N. P. (2023). Pelatihan Manajemen Stres Untuk Kesejahteraan. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 15(2), 165–176. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art6>
- Suryadi, Solikin, & Uni. (2024). Analisa Faktor Risiko Komplikasi Gagal Jantung Pada Pasien Hipertensi di RSUD Ulin Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 9(2), 142–148. <https://doi.org/10.51143/jksi.v9i2.708>
- Susanti, S. (2024). Perbedaan Efektivitas Diet Rendah Garam dan Diet DASH terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 8(2), 95–104. <https://doi.org/10.21580/ns.2024.8.2.17133>
- Susniati, S., & Asiah, N. (2024). Effect of family history on the incidence of hypertension in the pre-elderly. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 14(1), 1–6.
- Tsany, S. F., Rahim, A. F., & Rahmanto, S. (2024). Hubungan obesitas dengan tekanan darah pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1).

<https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.42823>

- Wahyudi, J. T., & Mustika, M. (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>
- Wandani, A. M., Adriani, S. W., & Asmuji. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Diri Pada Klien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumber Sari Kabupaten Jember. *Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 72–80. <https://doi.org/10.572349/serojahusada.v1i4.2634>
- Weking, M. E. S., Wida, A. S. W. D., & Nababan, S. (2022). Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Mean Arterial Pressure Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lato Flores Timur. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–6.
- Widyarni, A., Irianty, H., & Maharani, N. K. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(9), 1783–1788. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i9.3519>
- World Health Organization. (2022). Noncommunicable diseases. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- World Health Organization. (2023). Hypertension. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulandari, D. P., & Sukendra, D. M. (2024). Gaya Hidup yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Usia Produktif (15-59 Tahun) di Puskesmas Toroh I. *Higeia: Journal of Public Health Research and Development*, 8(2), 319–329. <https://doi.org/10.15294/higeia.v8i2.79007>
- Yandra, B. D., Hamidi, M. N. S., & Erlinawati. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tambang Tahun 2023. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 1(4), 291–297. <https://doi.org/10.70437/jpk.v1i4.799>
- Yuliana, I., Pratama, K. J., & Septiarini, A. D. (2023). Kesesuaian Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien BPJS Rawat Inap Dengan Formularium Rumah Sakit Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *MEDFARM: Jurnal Farmasi Dan Kesehatan*, 12(2), 209–219. <https://doi.org/10.48191/medfarm.v12i2.215>