

## HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN MOTIVASI PENCEGAHAN KOMPLIKASI DENGAN DERAJAT HIPERTENSI DI KELURAHAN SUKOHARJO

Novi Indah Aderita<sup>1</sup>, Surati Ningsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Prodi D3 Keperawatan, Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia

<sup>2</sup> Prodi D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia  
[adheritanovinda@gmail.com](mailto:adheritanovinda@gmail.com)

### Abstrak

**Pendahuluan.** Hipertensi merupakan salah satu kondisi kesehatan yang memberikan kontribusi besar terhadap angka morbiditas dan mortalitas. Pengelolaan tekanan darah agar tetap berada dalam batas normal umumnya dilakukan melalui dua strategi utama, yaitu terapi farmakologis dan modifikasi gaya hidup. Keberhasilan dalam pengendalian hipertensi sangat dipengaruhi oleh tingkat motivasi serta kesadaran individu dalam menjalankan perawatan mandiri, yang bertujuan untuk mengontrol gejala dan mencegah terjadinya komplikasi.

**Tujuan.** Studi ini bertujuan untuk menganalisis kaitan antara keyakinan diri (efikasi diri) dan dorongan (motivasi) dalam upaya mencegah komplikasi terkait tingkat keparahan penyakit hipertensi di wilayah Sukoharjo.

**Metode.** Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode potong lintang (cross-sectional). Sebanyak 74 partisipan dewasa penderita hipertensi dipilih sebagai sampel menggunakan teknik simple random sampling. Alat pengumpulan data berupa kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan metode regresi logistik berganda.

**Hasil. Penelitian didapatkan:** Temuan menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat keparahan hipertensi ( $p < 0,05$ ). Hasil analisis regresi logistik mengidentifikasi kedua variabel tersebut sebagai faktor yang berhubungan dengan derajat hipertensi.

**Kesimpulan.** Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri serta motivasi dalam pencegahan komplikasi dengan tingkat keparahan hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Sukoharjo.

**Kata kunci:** *efikasi diri, motivasi pencegahan komplikasi, derajat hipertensi*

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND MOTIVATION TO PREVENT COMPLICATIONS WITH THE DEGREE OF HYPERTENSION IN SUKOHARJO VILLAGE***

**Novi Indah Aderita<sup>1</sup>, Surati Ningsih<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Diploma III Nursing Study Program, Bhakti Mulia Health Polytechnic

<sup>2</sup> Diploma III Study Program Medical Records and Health Information, Bhakti Mulia Health Polytechnic  
adheritanovinda@gmail.com

***Abstract***

***Introduction.*** Hypertension is a major health condition that significantly contributes to morbidity and mortality rates. Blood pressure management typically involves two primary strategies: pharmacological therapy and lifestyle modification. The success of hypertension control is highly influenced by an individual's motivation and awareness in performing self-care, which aims to manage symptoms and prevent complications.

***Objective.*** This study aims to evaluate the relationship between self-efficacy and motivation for preventing complications with the severity of hypertension in the Sukoharjo area.

***Methods.*** This research employed a quantitative approach with a correlational design and a cross-sectional method. The sample consisted of 74 adult respondents diagnosed with hypertension, selected through simple random sampling. The research instrument was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using multiple logistic regression.

***Results.*** The findings indicate that self-efficacy and motivation to prevent complications significantly influence the severity of hypertension ( $p < 0.05$ ). The logistic regression analysis identified these two variables as significantly associated with the degree of hypertension.

***Conclusion.*** This study concludes that there is a significant relationship between self-efficacy and motivation for complication prevention and the severity of hypertension among residents in Kelurahan Sukoharjo.

***Keywords:*** self-efficacy, motivation to prevent complications, degree of hypertension.

**Pendahuluan**

Hipertensi, yaitu kondisi tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau diastolik  $\geq 90$  mmHg, dikenal sebagai “silent killer” karena seringkali tidak menunjukkan gejala hingga terjadi komplikasi berat (WHO, 2023). Faktor risikonya meliputi konsumsi garam berlebihan, obesitas, gaya hidup sedentari, stres, merokok, serta riwayat keluarga (KemenkesRI, 2023). Secara global, WHO (2021) mencatat sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun menderita hipertensi, namun hanya 42% yang didiagnosis dan menjalani pengobatan. Sebagian besar (sekitar 46%) bahkan tidak menyadari kondisi tersebut (WHO, 2021). Di Indonesia, Riskesdas 2018 melaporkan bahwa prevalensi hipertensi mencapai 34,1%. Namun, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, angkanya menurun menjadi 30,8%. Sayangnya, proporsi penderita yang rutin mengonsumsi obat dan melakukan

---

kontrol kesehatan masih sangat rendah; hanya 5,9% dari kelompok usia produktif yang patuh menjalani pengobatan (Kemenkes RI, 2023; Katadata, 2024).

Hipertensi dengan komplikasi berdampak signifikan terhadap penurunan kualitas hidup, sebagaimana dibuktikan dalam penelitian (Luhath et al., 2024) dan (Kandasamy et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi mencakup pendekatan farmakologis melalui pemberian obat-obatan dan non-farmakologis yang melibatkan aspek psikologis seperti motivasi diri pasien. Motivasi berperan sebagai pendorong perilaku untuk mencapai tujuan pengobatan, sementara efikasi diri (keyakinan pasien akan kemampuannya mengelola kesehatan) menjadi faktor kunci dalam keberhasilan penanganan hipertensi. Kedua aspek psikologis ini saling melengkapi dalam mendukung efektivitas terapi jangka panjang.

Meta analisis oleh Van Truong et al. (2021) menunjukkan bahwa intervensi self management secara signifikan meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat, sekaligus menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Studi lintas sektor di Aljazair (2022) juga menyimpulkan bahwa efikasi diri berkorelasi positif kuat dengan kepatuhan pengobatan ( $r = 0,496$ ,  $p < 0,01$ ). Pasien dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih konsisten dalam mengatur pola makan, beraktivitas fisik, dan patuh berobat (Zhao, 2021). Penelitian (Novitasari, 2017) menunjukkan pasien dengan efikasi diri tinggi memiliki kemungkinan 11 kali lebih patuh minum obat dibanding yang rendah. Sebaliknya, efikasi diri rendah sering menyebabkan hipertensi lebih parah akibat ketidakkonsistenan pengelolaan penyakit.

Motivasi individu dalam mencegah terjadinya komplikasi terbukti menjadi faktor penting dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi, seiring dengan temuan bahwa aspek psikologis dan motivasional berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan pengobatan dan perubahan gaya hidup pada pasien hipertensi (Khatib, 2022). Menurut (Gay et al., 2016), motivasi dan kesadaran diri pasien sangat menentukan kesuksesan perawatan mandiri untuk mengontrol gejala dan mencegah komplikasi. Motivasi, bersama dengan aspek kognitif dan emosional, memainkan peran penting dalam membentuk efikasi diri, yang pada akhirnya memengaruhi perilaku kesehatan individu (Luszczynska, 2019). Namun pada pasien kronis seperti hipertensi, motivasi dapat fluktuatif akibat lamanya perawatan dan beban biaya, yang berisiko menimbulkan masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi (Lestari et al., 2023). Kondisi ini dapat menurunkan motivasi perawatan diri, sehingga manajemen hipertensi menjadi kurang optimal (Butler, 2002). Penelitian (Nuriman, 2024) membuktikan bahwa motivasi intrinsik yang kuat meningkatkan kepatuhan dan menghasilkan kontrol tekanan darah yang lebih baik.

Kombinasi efikasi diri yang kuat dan motivasi intrinsik yang tinggi dapat menurunkan risiko komplikasi hipertensi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa intervensi berbasis konseling kesehatan yang menargetkan peningkatan efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi dapat menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 10-15 mmHg pada pasien hipertensi stadium 1 (Rahmani, 2021). Temuan ini memperkuat bukti bahwa aspek psikologis, selain faktor medis seperti genetik dan pola makan, turut berkontribusi terhadap keparahan hipertensi (Chen, 2023). Namun, perbedaan tingkat efikasi diri dan motivasi antar individu dapat menjelaskan variasi derajat hipertensi dari ringan hingga berat (Lee, 2022). Rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara efikasi diri dan motivasi dalam mencegah komplikasi terhadap tingkat keparahan hipertensi di wilayah Sukoharjo?.

## Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi dengan derajat hipertensi

## Metode

Studi ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Sukoharjo pada November 2024, dengan populasi sebanyak 269 orang yang terdiagnosis hipertensi. Sejumlah 74 responden dipilih sebagai sampel menggunakan teknik simple random sampling. Alat pengumpulan data berupa kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitas, dimana nilai Cronbach's alpha untuk kuesioner efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi masing-masing sebesar 0,838 dan 0,909. Analisis statistik dilakukan dengan uji korelasi Pearson's Product Moment dan uji regresi linear berganda untuk analisis multivariat.

## Hasil

### 1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
30-45 tahun	21	28,4
46-60 tahun	53	71,6
Total	74	100
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	59	79,7
Laki-laki	15	20,3
Total	74	100
<b>Pendidikan</b>		
Tidak Sekolah	16	21,6

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
SD	31	41,9
SMP	10	13,5
SMA	14	18,9
Perguruan Tinggi	3	4,1
Total	74	100
<b>Pekerjaan</b>		
Wiraswasta	37	50
Swasta	6	8,1
ASN	2	2,7
IRT	29	39,2
Total	74	100
<b>Lama Mengalami Hipertensi</b>		
1-5 tahun	56	75,7
5-10 tahun	18	24,3
Total	74	100

Sumber: data primer 2024

Distribusi responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa kelompok terbanyak berada dalam kategori 46-60 tahun, mencapai 71,6%. Dari segi jenis kelamin, Perempuan mendominasi mencapai 79,7%. Sementara itu, Tingkat Pendidikan paling umum di antara responden adalah Sekolah Dasar (SD) dengan proporsi 41,9%. Mayoritas subjek penelitian mempunyai pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 50%. Sebagian besar responden mengalami hipertensi dalam kurun waktu 1-5 tahun sebanyak 75,7%.

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Uji *Chi Square* Efikasi Diri dengan Derajat Hipertensi

Efikasi Diri	Derajat Hipertensi						Total		P value
	Derajat I		Derajat II		Derajat III		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	15	40,5	12	32,4	10	27,1	37	100	0,000
Baik	1	2,7	11	29,7	25	67,6	37	100	

Dari hasil tabel 2 menunjukkan bahwa dari 74 responden yang mempunyai efikasi diri kurang dan hipertensi derajat I sebanyak 15 orang (40,5 %). Responden dengan efikasi diri kurang dan hipertensi derajat II sebanyak 12 orang (32,4%). Responden yang memiliki efikasi kurang dengan derajat hipertensi III sebanyak 10 orang (27,1%). Sedangkan responden yang memiliki efikasi baik dengan hipertensi derajat I sebanyak 1 orang (2,7%). Responden yang memiliki efikasi diri baik dengan hipertensi derajat II sebanyak 11 orang (29,7%). Responden yang memiliki efikasi baik dengan hipertensi derajat III sebanyak 25 orang (67,6%). Hasil analisis uji statistic chi square mendapatkan hasil dengan nilai  $0,000 < 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dengan derajat hipertensi di kelurahan Sukoharjo.

Tabel 3. Uji *Chi Square* Motivasi Pencegahan Komplikasi dengan Derajat Hipertensi

Motivasi	Derajat Hipertensi						Total		P value
	Derajat I		Derajat II		Derajat III		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	15	41,7	11	30,5	10	27,8	36	100	0,000
Baik	1	2,6	12	31,6	25	65,8	38	100	

Dari hasil tabel 3 menunjukkan bahwa dari 74 responden yang mempunyai motivasi yang kurang dan hipertensi derajat I sebanyak 15 orang (41,7%). Responden dengan motivasi kurang dan hipertensi derajat II sebanyak 11 orang (30,5%). Responden yang memiliki motivasi kurang dengan derajat hipertensi III sebanyak 25 orang (65,8%). Sedangkan responden yang memiliki motivasi baik dengan hipertensi derajat I sebanyak 1 orang (2,6%%). Responden yang memiliki motivasi baik dengan hipertensi derajat II sebanyak 12 orang (31,6%). Responden yang memiliki motivasi baik dengan hipertensi derajat III sebanyak 25 orang (65,8%). Hasil analisis uji statistic chi square mendapatkan hasil dengan nilai  $0,000 < 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi pencegahan komplikasi dengan derajat hipertensi di kelurahan Sukoharjo.

### 3. Analisis Multivariat

Setelah didapatkan variable independent yang memenuhi syarat ( $p < 0,25$ ), maka dilanjutkan dengan melakukan analisis multivariat menggunakan uji regresi logistic ganda.

Tabel 4. Hasil Uji Analisis Multivariat Uji Regresi Logistik Efikasi Diri dan Motivasi Pencegahan Komplikasi dengan Derajat Hipertensi

Variabel	B	S.E	Wald	df	Sig	Exp (B)
Efikasi Diri	3,544	1,193	8,824	2	0,000	0,211
Motivasi	3,664	1,189	9,495	2	0,000	0,238

Dari hasil tabel 4 menunjukkan bahwa variable efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi Bersama sama mempengaruhi derajat hipertensi. Keduanya sangat memberikan pengaruh dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ .

## Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 46–60 tahun, dengan prevalensi hipertensi yang meningkat signifikan seiring pertambahan usia, mencapai lebih dari 65% pada kelompok usia di atas 60 tahun (Zhou, 2021)). Mekanisme biologis seperti penurunan elastisitas pembuluh darah dan gangguan fungsi endotel menjadi penyebab utama

(Drożdż et al., 2023), sementara faktor psikologis seperti efikasi diri dan motivasi memengaruhi efektivitas penatalaksanaan hipertensi di semua kelompok usia. Efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi cenderung menurun seiring bertambahnya usia, dengan pasien lansia menunjukkan tingkat 15–20% lebih rendah dibandingkan pasien usia lebih muda ( $p < 0,05$ ), terutama akibat persepsi keterbatasan fisik dan kognitif (Li, 2022).

Studi ini mengungkapkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, dengan perbedaan signifikan dalam prevalensi dan manajemen hipertensi antara gender yang dipengaruhi faktor biologis dan psikologis (Mills, K. T., Stefanescu, A., He, 2020). Secara fisiologis, pria usia muda lebih rentan mengalami hipertensi akibat pengaruh hormon androgen, sedangkan pada wanita risiko meningkat setelah menopause karena penurunan kadar estrogen (Chen et al., 2021). Dari aspek psikologis, wanita cenderung memiliki efikasi diri lebih tinggi, tercermin dalam kepatuhan terhadap pengobatan dan modifikasi gaya hidup, didorong oleh motivasi berbasis peran keluarga (Rahim et al., 2023). Sebaliknya, pria sering menunjukkan efikasi diri lebih rendah, dengan motivasi yang lebih banyak dipengaruhi oleh tekanan pekerjaan, sehingga berisiko mengalami keterlambatan dalam pengelolaan hipertensi (Lee & Park, 2022). Temuan ini menegaskan pentingnya penerapan strategi manajemen hipertensi berbasis gender

Mayoritas responden penelitian ini berpendidikan Sekolah Dasar (SD), dimana tingkat pendidikan terbukti berpengaruh signifikan terhadap pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Studi (Baringbing, 2023) menunjukkan bahwa pendidikan yang lebih tinggi meningkatkan pemahaman tentang faktor risiko hipertensi (seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan stres) sehingga memudahkan penerapan gaya hidup sehat. Pendidikan juga berperan dalam: (1), memperkuat efikasi diri sebagai faktor kunci dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan dan keberhasilan modifikasi gaya hidup pada pasien hipertensi (Zhao et al., 2021) serta (2) meningkatkan motivasi melalui peningkatan pengetahuan tentang bahaya hipertensi, mendorong perilaku proaktif dalam pencegahan dan pengelolaan penyakit (Hermansson-Borrebaeck et al., 2025). Temuan ini menegaskan pentingnya program pendidikan kesehatan yang komprehensif untuk pasien hipertensi.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian besar responden merupakan wiraswasta, dimana pekerjaan ini berpotensi menjadi faktor risiko hipertensi akibat tekanan kerja yang berat, stres, dan beban berlebih yang dapat memicu peningkatan tekanan darah. Mekanisme fisiologis melalui aktivasi sistem saraf simpatik dan respons hormonal (Drożdż et al., 2023), serta karakteristik pekerjaan dengan kontrol rendah namun tuntutan tinggi (Siti Solihat & Endang, 2021) turut berkontribusi. Namun, Efikasi diri yang kuat berperan sebagai faktor

---

protektif dengan meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola stres kerja, termasuk pada pasien hipertensi (Kang et al., 2022), sementara motivasi intrinsik mendukung penerapan gaya hidup sehat dan manajemen stres yang efektif (Ryan, R.M & Decy, 2000). Temuan ini menunjukkan pentingnya memperhatikan aspek psikologis dalam pencegahan hipertensi pada pekerja wiraswasta.

Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki riwayat hipertensi antara 1 hingga 5 tahun, di mana durasi penyakit turut memengaruhi keyakinan diri dan motivasi dalam pengobatan. Pasien dengan hipertensi jangka panjang cenderung mengalami penurunan efikasi diri akibat kelelahan kronis dan beban penyakit yang terus-menerus (Nguyen et al., 2023). Efikasi diri rendah berisiko mengurangi kepatuhan terapi, sementara motivasi kuat justru dapat meningkatkan keyakinan diri dalam pengelolaan penyakit (Ryan, R.M & Decy, 2000).

## **2. Efikasi Diri dengan Derajat Hipertensi**

Penelitian di Kelurahan Sukoharjo menemukan hubungan signifikan antara efikasi diri dengan tingkat keparahan hipertensi. Sebagai faktor risiko kardiovaskular utama, hipertensi tidak hanya dipengaruhi faktor biologis tetapi juga faktor psikologis seperti keyakinan diri (efikasi diri) dalam mengelola kesehatan. Studi menunjukkan bahwa pasien dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih disiplin dalam menjalani pengobatan, menerapkan pola makan sehat, beraktivitas fisik secara rutin, dan lebih mampu mengendalikan stres (Rahman et al., 2022). Sebaliknya, efikasi diri yang rendah berkaitan dengan kesulitan mempertahankan gaya hidup sehat, sehingga berpotensi memperburuk kondisi hipertensi. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan keyakinan diri pasien dalam manajemen hipertensi yang komprehensif.

Hubungan antara efikasi diri dan hipertensi dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme. Pertama, keyakinan diri yang kuat memengaruhi perilaku kesehatan dengan meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan. Kedua, faktor psikofisiologis berperan - stres dan kecemasan akibat persepsi ketidakmampuan mengendalikan hipertensi dapat mengaktifkan sistem saraf simpatik, yang meningkatkan tekanan darah melalui vasokonstriksi dan retensi natrium. Selain itu, efikasi diri yang rendah sering dikaitkan dengan gejala depresi, yang dapat memperburuk proses peradangan dan kerusakan vaskular, sehingga meningkatkan risiko perburukan kondisi hipertensi (Park et al., 2021)

Penelitian terbaru membuktikan hubungan signifikan antara efikasi diri dan kontrol hipertensi. Studi (Emilda et al., 2024) menunjukkan pasien dengan efikasi diri tidak baik memiliki tekanan darah tinggi (hipertensi). Efikasi diri memengaruhi derajat hipertensi

---

melalui tiga mekanisme utama. Pertama, efikasi diri tinggi meningkatkan konsistensi perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan pengobatan (78% pada kelompok efikasi tinggi vs 43% pada kelompok rendah), pemantauan tekanan darah mandiri, serta pola makan dan olahraga sesuai anjuran (Darsini et al., 2019). Kedua, secara neuroendokrin, efikasi diri rendah memicu stres kronis yang mengaktifkan sumbu HPA, meningkatkan kortisol dan aktivitas saraf simpatik sehingga memperburuk tekanan darah (Emilda et al., 2024). Ketiga, efikasi diri berperan sebagai moderator penting—bahkan pada pasien dengan dukungan sosial yang memadai, tingkat efikasi diri yang rendah tetap dikaitkan dengan hasil pengobatan yang kurang optimal (Liu et al., 2022)

### **3. Motivasi Pencegahan Komplikasi dengan Derajat Hipertensi**

Penelitian di Kelurahan Sukoharjo mengungkap hubungan antara motivasi pencegahan komplikasi dengan derajat hipertensi, di mana motivasi kuat meningkatkan kepatuhan terapi (farmakologis dan non-farmakologis) sehingga menurunkan risiko komplikasi. Sebaliknya, motivasi rendah berhubungan dengan kontrol tekanan darah yang buruk dan progresivitas penyakit. Bukti terbaru menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan dukungan keluarga efektif dalam meningkatkan motivasi pasien, yang berperan sebagai faktor kunci dalam manajemen hipertensi yang optimal (Yamamoto et al., 2021).

Motivasi pencegahan komplikasi merupakan faktor kunci dalam manajemen hipertensi, dimana motivasi tinggi mendorong kepatuhan pengobatan dan gaya hidup sehat yang berdampak pada kontrol tekanan darah lebih baik. Sebaliknya, motivasi rendah berhubungan dengan ketidakpatuhan terapi dan risiko peningkatan stadium hipertensi. Studi pendukung menunjukkan pasien dengan motivasi intrinsik kuat memiliki kepatuhan pengobatan (Merlis, 2022).

### **4. Efikasi Diri dan Motivasi dengan Derajat Hipertensi**

Studi membuktikan hubungan signifikan antara efikasi diri dan motivasi dengan tingkat keparahan hipertensi. Keyakinan diri yang kuat mendorong kepatuhan pengobatan dan gaya hidup sehat, menghasilkan kontrol tekanan darah lebih baik. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah dapat menurunkan motivasi pasien dalam melakukan pencegahan komplikasi, sehingga berdampak negatif pada pengelolaan hipertensi (Ahmed et al., 2020). Motivasi pencegahan komplikasi berperan penting dalam mengendalikan keparahan hipertensi. Sesuai dengan Health Belief Model, motivasi yang tinggi terbukti mendorong perilaku preventif seperti kepatuhan minum obat dan pengendalian gaya hidup, yang menghasilkan kontrol

---

tekanan darah lebih optimal dibandingkan pasien dengan motivasi rendah (Martins et al., 2021).

Intervensi yang meningkatkan efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi, seperti program edukasi intensif, terbukti efektif mengendalikan hipertensi (Hermansson-Borrebaeck et al., 2025), sehingga pendekatan psikoedukasi perlu dioptimalkan. Studi ini membuktikan korelasi signifikan antara efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi dengan tingkat keparahan hipertensi. Menurut teori kognitif sosial, efikasi diri mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola penyakit dan menjalani perilaku kesehatan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Schunk & DiBenedetto, 2020). Pada penderita hipertensi, keyakinan diri yang kuat berkaitan dengan: 1) Kepatuhan pengobatan lebih baik; 2) Penerapan gaya hidup sehat (pengurangan garam, olahraga teratur, manajemen stres); 3) Kontrol tekanan darah lebih stabil (Kara, 2022). Sebaliknya, efikasi diri rendah sering menghambat upaya pencegahan, berpotensi memperburuk kondisi hipertensi.

Motivasi pencegahan komplikasi turut menentukan tingkat keparahan hipertensi. Sesuai dengan Health Belief Model, kesadaran terhadap risiko komplikasi dapat meningkatkan motivasi pasien untuk melakukan tindakan preventif (Martins et al., 2021). Studi terbaru menunjukkan bahwa pasien dengan motivasi tinggi cenderung lebih disiplin dalam memantau tekanan darah dan mengikuti pengobatan secara rutin, sehingga mampu mengendalikan progresivitas hipertensi (Rahman, 2022). Sinergi antara efikasi diri dan motivasi pencegahan berperan penting dalam meningkatkan efektivitas manajemen hipertensi. Selain itu, intervensi psikologis seperti konseling dan edukasi kesehatan, jika dikombinasikan dengan terapi medis, terbukti secara signifikan menurunkan tekanan darah dan memperkuat efektivitas pengelolaan hipertensi secara holistik (Lee et al., 2022).

## **Kesimpulan**

Hasil penelitian ini disimpulkan rata-rata responden memiliki efikasi persentase yang sama antara efikasi kurang dan baik yaitu 50%. Sebagian besar responden memiliki motivasi yang baik. Analisis bivariat didapatkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan derajat hipertensi dan terdapat hubungan antara motivasi pencegahan komplikasi dengan derajat hipertensi dengan nilai  $p < 0,005$ . Analisis multivariat dengan regresi logistic ganda didapatkan hubungan signifikan antara efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi dengan derajat hipertensi dengan nilai  $p < 0,05$ . Sehingga fasilitas layanan kesehatan disarankan mengembangkan program edukasi khusus untuk pasien hipertensi yang

---

fokus pada peningkatan efikasi diri dan motivasi pencegahan komplikasi berupa sesi penyuluhan rutin, kelas manajemen diri, atau video edukasi di ruang tunggu.

### Daftar Pustaka

- Ahmed, S., Lee, S. & Park, J. (2020) 'The impact of low self-efficacy on motivation for complication prevention among hypertensive patients: a cross-sectional study', *International Journal of Nursing Studies*, 108, 103613
- Baringbing, E. P. (2023). Pengaruh Karakteristik Pendidikan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 124–130. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6492>
- Chen, Y., Zhang, X. & Li, J. (2023) 'Psychosocial factors and their impact on hypertension management: a systematic review', *Journal of Hypertension Research*, 45(2), pp. 123–132.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Drożdż, D., Drożdż, M., & Wójcik, M. (2023). Endothelial dysfunction as a factor leading to arterial hypertension. *Pediatric Nephrology*, 38(9), 2973–2985. <https://doi.org/10.1007/s00467-022-05802-z>
- Emilda, R., Wijayanto, W. P., Sutrisno, S., & Kameliawati, F. (2024). Hubungan Efikasi Diri dengan Tekanan Darah Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Negara Ratu Kabupaten Lampung Utara Tahun 2023. *Journal of Nursing Invention*, 5(1), 7–13. <https://doi.org/10.33859/jni.v5i1.506>
- Hermansson-Borrebaeck, R., Fors, A., Bengtsson, U., Kjellgren, K., Calling, S., & Midlöv, P. (2025). Self-Efficacy in Hypertension Management Using e-Health Technology: A Randomized Controlled Trial in Primary Care. *Journal of Clinical Hypertension*, 27(1), 1–8. <https://doi.org/10.1111/jch.14981>
- Kandasamy, G., Almanasef, M., Orayj, K., Alshahrani, A. M., & Alahmari, S. M. (2025). Assessing the Impact of Hypertension on Health-Related Quality of Life: Insights from Sociodemographic, Economic, and Clinical Features Using SF-36. *Healthcare (Switzerland)*, 13(7), 1–15. <https://doi.org/10.3390/healthcare13070838>
- Kang, H., Lee, S. & Choi, M. (2022) 'Self-efficacy as a protective factor against work-related stress: implications for hypertension management', *Journal of Occupational Health Psychology*, 27(4), pp. 451–461
- Kara, S. (2022). General self-efficacy and hypertension treatment adherence in Algerian
-

- private clinical settings. *Journal of Public Health in Africa*, 13(3), 1–10. <https://doi.org/10.4081/jphia.2022.2121>
- Katadata. (2024). *Prevalensi Hipertensi Turun Jadi 30,8% di 2023*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/preview/8a60c7f555dd1ac/prevalensi-hipertensi-di-indonesia-turun-jadi-308-pada-2023>
- Kemendes RI. (2023). *Situasi hipertensi di Indonesia*. [https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin\\_Hipertensi\\_2023.pdf](https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin_Hipertensi_2023.pdf)
- Khatib, R., Schwalm, J.-D., Yusuf, S., & Haynes, R. B. (2022). Adherence to medication and lifestyle modification after diagnosis of hypertension: A systematic review. *Journal of Clinical Hypertension*, 24(5), 518–530. <https://doi.org/10.1111/jch.14562>
- Lee, S. & Kim, H. (2022) 'Role of self-efficacy and motivation in blood pressure control among hypertensive patients', *International Journal of Behavioral Medicine*, 29(4), pp. 356–368.
- 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* *The Relationship between Self-efficacy and Motivation to Prevent Complications with Degree of Hypertension in* . 1(1), 75–86.
- Li, X., Wang, Y. & Zhao, L. (2022) 'Age-related decline in self-efficacy for hypertension management: mediating role of perceived physical and cognitive limitations', *Journal of Aging and Health*, 34(8), pp. 1196–1210.
- Liu, X., Zhang, Y. & Chen, H. (2022) 'Self-efficacy as a moderator in the relationship between social support and treatment outcomes among hypertensive patients', *BMC Cardiovascular Disorders*, 22(1), pp. 1–9.
- Luszczynska, A., Scholz, U. and Schwarzer, R., 2019. The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *Journal of Psychology*, 153(3), pp.230–245. doi:10.1080/00223980.2018.1525780
- Luhut, B. J. T., Djoar, R. K., & Prastyawati, I. Y. (2024). Kualitas Hidup Pada Lansia Dengan Hipertensi. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(1), 37–43. <https://doi.org/10.54040/jpk.v14i1.260>
- Martins, R., Silva, P. & Costa, A. (2021) 'Application of the Health Belief Model in predicting preventive behaviors and blood pressure control in hypertensive patients', *BMC Public Health*, 21(1), pp. 1–10.
- Merlis, S. (2022). Hubungan Antara Lama Menderita Hipertensi dan Motivasi Berobat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi. *Nursing Inside Community*,
-

5(1), 1–5.

- Mills, K. T., Stefanescu, A., He, J. (2020). ). The Global Epidemiology of Hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237.
- Nguyen, T., Lee, H. & Park, S. (2023) ‘Impact of disease duration on self-efficacy and treatment motivation in hypertensive patients: a cross-sectional study’, *International Journal of Behavioral Medicine*, 30(2), pp. 210–219
- Nuriman, D. (2024). *Hubungan antara Tingkat Motivasi dan Tingkat Kepatuhan dengan Diet Hipertensi di RS Bhakti Asih Brebes*. Universitas Islam Tulung Agung Semarang.
- Park, J., Kim, S. & Lee, H. (2021) ‘Depression, vascular inflammation, and self-efficacy in hypertensive patients: a mediating model analysis’, *Journal of Psychosomatic Research*, 149, 110593
- Rahman, A., Liu, Y. & Chen, M. (2022) ‘Association between self-efficacy and self-management behaviors in hypertensive patients: a systematic review’, *Journal of Clinical Hypertension*, 24(5), pp. 602–610
- Rahmani, F., Zarei, S. & Mohammadi, R. (2021) 'Effectiveness of counseling-based interventions on blood pressure reduction: a randomized controlled trial', *BMC Cardiovascular Disorders*, 21(1), pp. 1–9.
- Ryan, R.M & Decy, E. . (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67.
- Siti Solihat, & Endang. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Skabies Dan Perilaku Kesehatan Lingkungan Dengan Upaya Pencegahan Skabies Pada Santri Putra. *Healthy Journal*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.55222/healthyjournal.v9i1.509>
- Schunk, D.H. & DiBenedetto, M.K. (2020) ‘Motivation and social-cognitive theory’, *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832.
- Van Truong, P., Le, T. T., Phan, T. D., & Nguyen, H. T. (2021). *Effects of self-management programs on blood pressure, self-efficacy, medication adherence and body mass index in older adults with hypertension: A meta-analysis*. *International Journal of Nursing Practice*, 27(5), e12920. <https://doi.org/10.1111/ijn.12920>
- WHO. (2021). *Hypertention*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheet/detail/hypertension>
- \_\_\_\_\_. (2023). *Hypertension is a silent killer: Act now to improve control*. <https://www.who.int/news/item/16-05-2023-world-hypertension-day-2023-hypertension-is-a-silent-killer-act-now-to-improve-control>
- Yamamoto, R., Saito, H. & Fujii, K. (2021) ‘Effectiveness of health education and family support interventions to improve patient motivation in hypertension management: a
-

- randomized controlled trial', *Patient Education and Counseling*, 104(8), pp. 1945–1952.
- Zhao, M. et al. (2021). Validity and reliability of a short self-efficacy instrument for hypertension treatment adherence among adults with uncontrolled hypertension. *Patient Education and Counseling*, 104(7), 1781–1788.
- Zhou, B., Perel, P. & Ezzati, M. (2021) 'Global epidemiology of hypertension: trends and projections', *The Lancet*, 398(10307), pp. 957–967.