

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh :

Nashhan Abdul Hakim

NIM : 202202102

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN**

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan Pada
Tanggal 9 Januari 2026

Pembimbing,

(Ns. Sawiji, S.Kep, M.Sc., Ph.D)
NIDN. 0613087402

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahyu Septiwi, M.Kep.Sp.Kep.MB., Ph.D)
NIDN. 0627097701

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nashhan Abdul Hakim

NIM: 202202102

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

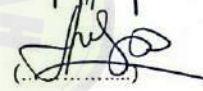
Pada Tanggal

Susunan Dewan Penguji

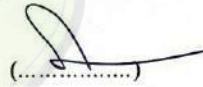
1. Ns. Arnika Dwi Asti, M.Kep



2. Dr. Ike Mardiaty Agustin, M.Kep.SP.Kep.J



3.Ns. Sawiji, S.Kep, M.Sc



Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahyu Septiwi, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep.MB., Ph.D)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 21 Januari 2026



(Nashhan Abdul Hakim)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nashhan Abdul Hakim

Tempat/Tanggal Lahir : Kebumen, 28 Maret 2003

Alamat : Wanasingan RT02/RW 03, Karangduwur, Kecamatan
Petanahan, Kabupaten Kebumen

Nomor Telpn : 082324815454

Email : Nashhan70@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

"Hubungan Efikasi Diri Dan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi
Di Prolanis Puskesmas Petanahan"

Bebas Dari Plagiarisme Dan Bukan Hasil Karya Orang Lain.

Apabila dikemudian hari diketemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut
terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan
perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan
dari siapapun.

Dibuat di Gombang
Pada Januari 2026
Yang membuat pernyataan



(Nashhan Abdul Hakim)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nashhan Abdul Hakim
NIM : 202202102
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Jenis Karya : Skripsi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty-Free Right) atas skripsi yang berjudul :

"HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Gombong
Pada Januari 2026
Yang membuat pernyataan



(Nashhan Abdul Hakim)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahuwata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan akhir skripsi dengan judul "Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pasien Hipertensi Di Puskesmas Petanahan" yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong. Tak lupa Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Sholallahu alaihi wasallam, yang telah menyampaikan risalah-Nya. Dalam Menyusun skripsi ini peneliti menemui banyak kendala dan kekurangan, namun berkat bimbingan, dukungan, dorongan dan semangat dari berbagai pihak peneliti maupun untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah Subhanahuwataala, yang selalu memberikan petunjuk serta kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya, Ayah H. Suyud, S.Pd dan Ibu Hj. Suharti yang selalu memberikan semangat serta doa sehingga peneliti dapat mengerjakan skripsi dengan lancar.
3. Kakak saya yang bernama Nafis, yang telah memberikan dukungan, motivasi dan doa sehingga peneliti dapat mengerjakan skripsi dengan lancar.
4. Hj. Dr. Herniyatun, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat selaku ketua Universitas Muhammadiyah Gombong
5. Ibu Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong

6. Bapak Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc yang telah memberikan waktu, dan pengarahan dalam membimbing penulis untuk penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Arnika Dwi Asti, M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan waktu dan masukan dalam skripsi ini.
8. Ibu Dr. Ike Mardiaty Agustin, M.Kep.SP.Kep.J selaku dosen penguji yang telah memberikan waktu dan masukan dalam skripsi ini.
9. Seluruh Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
10. Kepala Puskesmas Petanahan yang telah memberikan izin penelitian.
11. Bidan Desa Ampelsari Ibu Dwi kodariyah yang telah memberi izin Untuk Mengikuti Kegiatan Prolanis di Balai Desa Ampelsari, Kecamatan Petanahan.

Peneliti menyadari bahwa akan berbagai kekurangan atau ketidaksempurnaan dari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, mengingat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang peneliti miliki. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan masukan berupa kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan tugas akhir ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk semua pihak yang berkepentingan.

Wassalamu'alaikum waa rahmatullohi waa barokatuh.

Gombong, januari 2025



(Nashhan Abdul Hakim)

MOTO

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

(QS Al Insyirah: 5)

"Setiap perjalanan akan ada ujian yang memiliki dua pilihan, terus berjalan dan berhasil atau berhenti dan gagal."

(BJ Habibie)

"Tujuan pendidikan itu untuk mempertajam kecerdasan, memperkuat kemauan serta memperhalus perasaan."

(Tan Malaka)

"Lawan sastra ngesti mulya (Dengan ilmu kita menuju kemuliaan)"

(Ki Hajar Dewantara)

"Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain."

(Ahmad Dahlan)

"Pendidikan bukan hanya sekadar menuntut ilmu, tetapi juga menanamkan nilai-nilai kehidupan"

(Buya Hamka)

"Kamu harus rajin belajar dan membaca, tapi jangan ditelan sendiri. Berbagilah dengan teman-teman yang tidak mendapatkan pendidikan"

(Wiji Thukul)

"Hidup bukan tentang tak pernah jatuh, tapi tentang bagaimana kita memungut serpihan harapan, merangkainya kembali, dan berlari lebih kencang dari badai yang pernah menerpa."

(Nashhan Hakim)

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

Universitas Muhammadiyah Gombong

Skripsi, Januari 2026

Nashhan Abdul Hakim¹, Sawiji²

Nashhan70@gmail.com

ABSTRAK

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN

Latar Belakang: Pasien hipertensi perlu menjalankan gaya hidup sehat sebagai upaya pencegahan komplikasi dan penurunan risiko kematian. Keberhasilan dalam menjalankan gaya hidup sehat tersebut sangat dipengaruhi oleh efikasi diri, yaitu keyakinan pasien terhadap kemampuannya untuk menerapkan dan mempertahankan perilaku hidup sehat secara konsisten.

Tujuan Penelitian: Untuk menganalisis hubungan efikasi diri dengan kepatuhan gaya hidup sehat pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan.

Metode Penelitian: Metode dari penelitian ini kuantitatif deskriptif korelasi menggunakan desain penelitian cross sectional, pengambilan sampel menggunakan total sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 118 responden penderita hipertensi di prolanis puskesmas petanahan dan desa ampelsari. Pengumpulan data menggunakan kuesioner efikasi diri 10 pertanyaan dan kepatuhan gaya hidup sehat 15 pertanyaan. Analisis data menggunakan univariat dan analisis bivariat menggunakan spearman rank.

Hasil Penelitian: Hasil dari penelitian ini sebanyak 118 (100%) responden memiliki tingkat efikasi diri yang tergolong baik atau tinggi, yang ditunjukkan skor di atas nilai batas minimal (>13). Sebanyak 84 (71.2) responden memiliki kepatuhan gaya hidup sehat kategori patuh sedangkan 34 (28.8) responden dengan kategori kurang patuh. Ada hubungan yang bermakna antara efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = +0,705$ dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< 0,001$ (nilai $p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi.

Rekomendasi: Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan bahan pembelajaran agar dikembangkan lagi untuk mengintegrasikan intervensi peningkatan efikasi diri melalui edukasi dan konseling untuk meningkatkan kepatuhan pasien.

Kata Kunci: *Efikasi Diri, Kepatuhan Gaya Hidup Sehat, Hipertensi*

¹*Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong*

²*Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong*

BACHELOR OF NURSING PROGRAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Undergraduate Thesis, January 2026
Nashhan Abdul Hakim¹, Sawiji²
Nashhan70@gmail.com

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF-EFFICACY AND HEALTHY LIFESTYLE COMPLIANCE OF HYPERTENSION PATIENTS IN PROLANIS PUBLIC HEALTH CENTER OF PETANAHAN

Background: Hypertensive patients need to adopt a healthy lifestyle to prevent complications and reduce the risk of death. Success in adopting a healthy lifestyle is greatly influenced by self-efficacy, which is the patient's belief in their ability to consistently implement and maintain healthy lifestyle behaviors.

Objective: To analyze the correlation between self-efficacy and adherence to a healthy lifestyle in hypertension patients at Prolanis Petanahan Health Center.

Methods: This research used a quantitative descriptive correlational method using a cross-sectional research design, with total sampling. The sample size was 118 respondents with hypertension in the Prolanis Public Health Center of Petanahan and Ampelsari Village. Collecting data used 10-questions self-efficacy questionnaires and 15-questions healthy lifestyle adherence questionnaires. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis using Spearman Rank.

Results: The results of this study showed that 118 (100%) respondents had a good or high level of self-efficacy, as indicated by a score above the minimum threshold (>13). A total of 84 (71.2%) respondents were categorized as compliant with a healthy lifestyle, while 34 (28.8%) respondents were categorized as less compliant. There is a significant correlation between self-efficacy and adherence to a healthy lifestyle with a correlation coefficient value of $r = +0.705$ with a significance value (Sig. 2-tailed) <0.001 (p value <0.05).

Conclusion: There is a significant relationship between self-efficacy and adherence to a healthy lifestyle in hypertensive patients.

Recommendation: For further research, it is recommended that this present study can be used as a consideration and learning material so that it can be further developed to integrate self-efficacy improvement interventions through education and counselling to improve patient compliance.

Keywords: *Self-Efficacy, Healthy Lifestyle Adherence, Hypertension*

¹*Student, Universitas Muhammadiyah Gombong*

²*Lecturer, Universitas Muhammadiyah Gombong*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
MOTO.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Konsep Hipertensi	12
1. Definisi Hipertensi	12
2. Klasifikasi Hipertensi	13
3. Etiologi Hipertensi	13
4. Faktor Risiko Adanya Hipertensi	15
5. Manifestasi Klinis Hipertensi.....	17
6. Patofisiologi hipertensi	18
7. Penatalaksanaan Hipertensi	20

8.	Farmakologi Mengatasi Hipertensi	20
9.	Nonfarmakologi Mengatasi Hipertensi	21
B.	Kepatuhan	23
1.	Definisi	23
2.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan	24
3.	Faktor Pendukung Kepatuhan	27
C.	Gaya Hidup Sehat	28
1.	Definisi	28
2.	Indikator gaya hidup sehat	29
D.	Efikasi Diri (Self Efficacy)	41
1.	Definisi	41
2.	Dimensi Efikasi Diri (Self Efficacy)	42
3.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri	43
4.	Proses Efikasi Diri.....	46
E.	Kerangka Teori.....	49
F.	Kerangka Konsep	50
G.	Hipotesa penelitian	51
BAB III METODE PENELITIAN		52
A.	Metode Penelitian.....	52
B.	Populasi dan Sample	52
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	54
D.	Variabel Penelitian.....	54
E.	Definisi Operasional.....	54
F.	Instrumen Penelitian.....	56
G.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	58
H.	Etika Penelitian	59
I.	Teknik Pengumpulan Data.....	59
J.	Teknik Analisis Data	61
BAB IV		64
HASIL DAN PEMBAHASAN		64
A.	Hasil Penelitian	64
B.	Pembahasan Penelitian	67
C.	Keterbatasan Penelitian	76

BAB V.....	77
KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 2. 1 Klasifikasi Tekanan Darah	13
Tabel 2. 2 Batas Ambang Indeks Masa Tubuh (IMT).....	35
Tabel 2. 3 Angka Kebutuhan Tidur atau Istirahat	38
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	55
Tabel 3. 2 Kuesioner Efikasi Diri pasien Hipertensi	57
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Demografi Penderita Hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Desa Ampelsari (n=118)	64
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berdasarkan Efikasi Diri pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Desa Ampelsari (n=118).....	65
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi berdasarkan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Desa Ampelsari (n=118).....	66
Tabel 4.4 Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Desa Ampelsari (n=118).....	66



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	49
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Hubungan Efikasi Diri Dan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pasien Hipertensi.	50



LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 5 Maksud dan Tujuan Penelitian
- Lampiran 6 Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Penjelasan Penelitian (Informed Consent)
- Lampiran 8 Kuesioner Data Demografi
- Lampiran 9 Kuesioner Efikasi Diri
- Lampiran 10 Kuesioner Kepatuhan Gaya Hidup Sehat
- Lampiran 11 Hasil Analisa Data Univariat dan Bivariat
- Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami masyarakat di dunia bahkan di Indonesia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), seseorang dikatakan menderita hipertensi jika melebihi 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyebab gangguan kesehatan yang cukup berbahaya, karena tekanan darah tinggi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, stroke, jantung koroner, serangan jantung merupakan dua penyebab kematian utama di dunia (Isna, N H., Dhian L R., 2022). Tekanan darah tinggi adalah kondisi tidak menular yang dikenal sebagai hipertensi. Seseorang yang memiliki tekanan darah tinggi dengan mengukur dua nilai, nilai sistolik (di atas) harus kurang dari 140 mmHg dan nilai diastolik (di bawah) harus kurang dari 90 mmHg. Jika nilai-nilai ini terlalu tinggi selama dua pemeriksaan dalam keadaan tenang, itu menunjukkan bahwa seseorang memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi kadang-kadang tidak menunjukkan gejala atau gangguan selama bertahun-tahun kondisi ini sering disebut sebagai "Silent Killer" atau "pembunuh diam-diam". Ketika hipertensi berlanjut dan tekanan darah mencapai tingkat tertentu, gejala tekanan darah tinggi dapat meliputi sakit kepala, pusing, dan gangguan penglihatan. Masalah otak serius seperti stroke, suatu keadaan ketika aliran darah ke otak terputus atau terjadi pendarahan, dapat lebih mungkin terjadi akibat tekanan darah tinggi. Salah satu penyebab utama penyakit parah atau bahkan kematian adalah tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi lebih mungkin terjadi pada lansia, yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan tambahan dan bahkan kematian. Fase sistolik menyebabkan peningkatan tekanan darah, yang bervariasi pada setiap orang dan dapat bervariasi dalam rentang tertentu berdasarkan usia, tingkat stres, dan posisi tubuh (Emiliana, N., Fauziah, M., Hasanah, I., & Fadlilah, 2021).

Menurut data World Health Organization (WHO, 2024) diperkirakan 1,3 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, dan diperkirakan akan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Sekitar setengah dari semua orang yang menderita hipertensi tidak menyadari penyakit mereka saat ini. Lebih dari tiga perempat orang dewasa dengan hipertensi tinggal di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Sebanyak 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan dua pertiga dari mereka tinggal di negara berpenghasilan rendah-menengah (WHO, 2021).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2024 menunjukkan prevalensi hipertensi pada kelompok usia muda berdasarkan diagnosis dokter juga cukup mengkhawatirkan, yaitu 10,7% pada usia 18–24 tahun dan 17,4% pada usia 25–34 tahun. Berdasarkan pengukuran tekanan darah prevalensi hipertensi di Indonesia adalah sekitar 30,8% pada penduduk usia 18 tahun ke atas. Urutan tiga provinsi di Indonesia dengan prevalensi hipertensi penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran yang tertinggi adalah Kalimantan Tengah (40,7%), Kalimantan Selatan (35,8%), dan Jawa Barat (34,4%). Perkiraan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sekitar 63.309.620 orang, dengan angka kematian akibat hipertensi sekitar 427.218 jiwa. Prevalensi hipertensi di penduduk usia ≥ 18 tahun adalah 34,1%, dengan diagnosis hipertensi sebesar 8,8% dari total populasi hipertensi. Dari pasien hipertensi yang telah didiagnosis Sebesar (13,3%) tidak minum obat sama sekali, Sebesar (32,3%) tidak minum obat secara rutin atau konsisten, sebesar (59,8%) pasien hipertensi yang merasa dirinya sangat sehat yang menyebabkan mereka cenderung tidak minum obat atau tidak rutin kontrol ke fasilitas kesehatan. Kondisi saat ini menunjukkan bahwa banyak penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengalami efek buruk dari hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Pasien hipertensi tidak kunjung rutin mengunjungi fasilitas kesehatan Sekitar (31,3%), Pasien hipertensi yang menggunakan obat tradisional sekitar (14,5%), Pasien yang menggunakan pengobatan lainnya (non-konvensional) sekitar (12,5%), Faktor lalai minum obat (lupa minum atau tidak konsisten) sekitar (11,5%), Pasien yang tidak dapat membeli obat rutin

mencapai (8,1%), Pasien yang mengalami efek samping obat hipertensi tercatat (4,5%), Ketersediaan obat hipertensi di fasilitas kesehatan menjadi masalah bagi 2% pasien, yang mengakibatkan pasien tidak mendapat obat di fasilitas kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2024), yang merangkum kasus baru penyakit tidak menular, menunjukkan bahwa 7.706.094 kasus penyakit tidak menular tercatat secara keseluruhan pada tahun 2024. Penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh penyakit tidak menular PTM sebesar (73,1%), Sedangkan urutan kedua terbanyak adalah obesitas sebesar (13,2%) dan di urutan ketiga adalah diabetes melitus sebesar (8,7%). Sebanyak 7.985.534 orang atau sebesar (26,9%) penduduk berisiko yang berusia >15 tahun memeriksakan tekanan darah mereka pada tahun 2024. Dari jumlah estimasi tersebut, sebanyak 6.756.138 orang atau (84,6%) sudah mendapatkan pelayanan kesehatan. Kabupaten atau Kota dengan persentase pelayanan kesehatan kepada penderita hipertensi tertinggi adalah di Kota Semarang (102,3) dan terendah di Wonogiri (78,7) (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2024).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen (2023), prevalensi hipertensi sebanyak 45.746 kasus hipertensi dilaporkan pada tahun 2023. Pada penduduk usia produktif tersebut sebanyak 15,21 % merupakan penderita hipertensi dengan rincian 5,73% laki-laki dan 9,48% perempuan. Jumlah kasus hipertensi tersebut lebih banyak dibandingkan dengan penderita diabetes melitus yaitu 2,05%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen tahun 2022, tiga besar kasus hipertensi tertinggi adalah Wilayah Kebumen I sebanyak 54,4%, Ambal II sebesar 28,9% dan Klirong II 28,5%. Layanan Di Kabupaten Kebumen, lebih dari 84% penderita hipertensi telah menerima pengobatan. Layanan skrining rutin, termasuk pemeriksaan tekanan darah dan penilaian lainnya, dilakukan untuk mengidentifikasi faktor risiko penyakit tidak menular. Salah satu masalah kesehatan di Kabupaten Kebumen adalah hipertensi. Setiap tahun, terdapat kasus baru yang dilaporkan.

Peningkatan skrining dan layanan kesehatan perlu dilakukan (BPS Kabupaten Kebumen, 2023).

Gaya hidup adalah cara atau kebiasaan hidup seseorang yang mencakup pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan tidur, pengelolaan stres, dan kebiasaan lainnya yang memengaruhi kesehatan dan kualitas hidup. Gaya hidup seseorang memiliki dampak besar pada kehidupan sosial mereka. Pilihan gaya hidup yang buruk, seperti makan terlalu banyak garam, tidak berolahraga, minum alkohol, dan tidak cukup makan buah dan sayur, dapat berkontribusi pada perkembangan hipertensi, terutama pada mereka yang sudah mengalaminya. Menurut (Halim, R. D., & Sutriyawan, 2022) tingkat kesibukan dan gaya hidup tidak sehat pada kelompok usia produktif berkontribusi pada kecenderungan peningkatan prevalensi hipertensi pada kelompok usia ini, sehingga meningkatkan risiko hipertensi pada demografi ini. Salah satu penyebab prevalensi hipertensi adalah perilaku tidak sehat seperti kurang olah raga, konsumsi alkohol, obesitas dan stres. Penderita hipertensi yang tidak mengikuti pola makan dan gaya hidup tidak sehat berisiko mengalami kambuhnya penyakit darah tinggi. Hanya 30% penderita hipertensi mengubah gaya hidup untuk mengontrol tekanan darahnya (Retnoningtyastuti, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ferencia, C., Rahayu, N. S., & Purwaningtyas, 2023) modifikasi gaya hidup pada pasien hipertensi masih rendah. Rendahnya modifikasi gaya hidup pada penderita hipertensi dapat ditunjukkan bahwa responden yang berlebihan konsumsi gula sebanyak 95,2%. Rata-rata konsumsi gula responden per harinya sebesar 54,6 gram. Bahwa sebagian besar responden usia dewasa konsumsi garam yang berlebihan yaitu sebesar 72,8%. Rata-rata konsumsi garam responden per harinya sebesar 5,2 gram. Bahwa lebih dari separuh responden usia dewasa konsumsi lemak yang berlebihan yaitu sebesar 53,1%. Rata – rata konsumsi lemak responden sebesar 63 gram. Bahwa sebagian besar responden usia dewasa sebesar 80,2 % melakukan kegiatan sedentary lifestyle. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (2023), persentase penduduk Indonesia yang tidak makan buah dan sayur telah meningkat di hampir setiap provinsi (95,5%), yang meningkatkan risiko hipertensi dan penyakit lainnya. Akibat maraknya iklan

rokok di media yang mendorong perilaku merokok dan hipertensi, serta kurangnya aktivitas fisik (33,5%), konsumsi makanan asin meningkat secara nasional (29,7%), demikian pula dengan kebiasaan merokok (24,3%) (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Terapi hipertensi yang efektif membutuhkan kepatuhan, terutama dalam hal pengelolaan hipertensi, yang meningkatkan perilaku pasien. Salah satu penyebab utama kegagalan terapi hipertensi adalah ketidakpatuhan pasien, yang memperburuk kondisi pasien. Selain pemeriksaan tekanan darah rutin, pengamatan dan pengukuran segera berlandaskan kontrol pasien dalam hal makanan, olahraga, merokok, kopi, dan alkohol dapat digunakan untuk mengevaluasi kepatuhan terhadap instruksi pengobatan hipertensi (Ariani, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Qodir (2020) yang dilakukan di Puskesmas Dinoyo, Kota Malang, 83 (59,3%) dari 140 responden berusia antara 40 dan 59 tahun. Sebaliknya, 100 pasien (71,4%) tidak mengikuti anjuran perubahan gaya hidup, sementara 40 pasien (28,6%) mengikutinya. Kepatuhan terhadap perubahan gaya hidup meliputi pola makan, olahraga, dan berhenti merokok. Studi ini menemukan bahwa 126 pasien (90%) mematuhi anjuran berhenti merokok, 64 pasien (45,7%) mematuhi diet, dan 59 pasien (42,1%) berpartisipasi dalam aktivitas fisik (Qodir, 2020).

Gaya hidup sehat merupakan indikator yang sangat bermanfaat dalam melakukan penanganan hipertensi seperti menjaga berat badan, mengurangi asupan makanan berlemak serta garam, mengonsumsi makanan berserat tinggi, mengonsumsi buah serta sayur, berolahraga, dan menghindari stres merupakan pilihan gaya hidup sehat yang dapat membantu mengelola hipertensi dan menurunkan risiko komplikasinya (Anshari, 2020). Menurut penelitian (Umam, R. H., & Hafifah, 2021) Perubahan gaya hidup meliputi pemenuhan nutrisi, pengendalian berat badan, Pendekatan Diet DASH untuk mengendalikan Hipertensi, mengurangi asupan natrium, tidak mengonsumsi alkohol dalam jumlah berlebihan, dan berolahraga secara teratur. Penderita hipertensi yang

ingin mengubah gaya hidupnya harus memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi agar termotivasi, percaya diri, dan mampu menjalani hidup sehat.

Menurut (Susanti, 2020) menegaskan bahwa efikasi diri memengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi. Kualitas hidup seseorang akan meningkat seiring dengan tingkat efikasi dirinya. Individu hipertensi dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu meningkatkan kualitas hidup, mengurangi masalah, dan mempertahankan gaya hidup sehat. Efikasi diri merupakan salah satu pendorong perilaku sehat dan pencarian kesehatan (Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, 2021).

Menurut hasil penelitian Sandra (2020) menemukan bahwa dari 90 responden hipertensi, 51 (56,7%) memiliki efikasi diri rendah dan 39 (43,3%) memiliki efikasi diri kuat. Efikasi diri umumnya rendah di antara responden hipertensi dalam studi ini (Sandra, 2020).

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kapasitasnya untuk melakukan tindakan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Efikasi diri memengaruhi motivasi, pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang. Efikasi diri yang memadai diperlukan untuk menerapkan perubahan dalam hidup seseorang tanpanya, motivasi seseorang untuk berubah akan terhambat. Keyakinan untuk mempertahankan dan meningkatkan pelaksanaan gaya hidup sehat meningkat seiring dengan efikasi diri yang dirasakan dan tertanam. Dengan membantu orang menyadari bahwa hipertensi adalah kondisi yang dapat dikelola, efikasi diri merupakan komponen umum yang dapat meningkatkan pengelolaan penyakit kronis (Nurani, 2023).

Efikasi diri memiliki pemahaman yang lebih baik tentang cara mengubah gaya hidup pasien dengan menjadi lebih baik. Tingkat efikasi diri yang tinggi diperlukan bagi pasien hipertensi untuk merasa percaya diri, yang akan mendorong mereka untuk mengatur hipertensi dan meningkatkan kesehatan mereka (Emilda, R., & Wijayanto, 2024). Bagi pasien hipertensi, hal ini mungkin menjadi motivator utama untuk memperbaiki gaya hidup mereka. Mustahil untuk mengisolasi tingkat efikasi diri seseorang yang tinggi dari variabel-variabel yang memengaruhinya. Efikasi diri dipengaruhi oleh sejumlah

karakteristik termasuk, usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pengalaman. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Adiyasa, R. P., & Cruz, 2020) seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan lebih termotivasi untuk mengambil keputusan, seperti memilih terapi untuk hipertensi mereka.

Efikasi diri dapat membantu seseorang menjadi lebih percaya diri terhadap kemampuannya mengatasi masalah kesehatan. Keyakinan seseorang bahwa kebiasaan kesehatannya akan menghasilkan hasil kesehatan yang baik merupakan hasil yang diinginkan. Selain itu, efikasi diri menghasilkan motivasi dan keyakinan terhadap kemampuannya mengatasi masalah kesehatan, yang keduanya merupakan ketentuan penting untuk perubahan perilaku pada individu hipertensi (Romadhon, W. A., Haryanto, J., Makhfudli, M., & Hadisyatmana, 2021).

Hasil penelitian (Retnoningtyastuti, 2022) dengan 43 responden (86%), menunjukkan bahwa wilayah kerja Puskesmas Pakis, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang, berada dalam kategori baik. Sebanyak 45 responden (90%) menyatakan bahwa kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pakis, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang, berada dalam kategori baik. Studi statistik menunjukkan korelasi yang kuat antara efikasi diri pasien hipertensi dengan komitmen mereka untuk menjalani hidup sehat. Temuan ini juga konsisten dengan penelitian (Ariani, G. A. P., & Falah, 2022) yang menyatakan bahwa efikasi diri penting untuk mempertahankan gaya hidup sehat, pencegahan penyakit, dan manajemen perilaku.

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Petanahan menurut data rekam medis pada bulan Januari-Juni tahun 2025 di dapatkan bahwa presentase Hipertensi sebanyak 971 pasien. Sedangkan yang melakukan pengobatan ke prolans hipertensi 100 pasien, namun yang aktif hanya 68 pasien. Selain itu hasil wawancara dengan 10 pasien hipertensi yang diwawancarai didapatkan 30% pasien menyatakan keyakinan bahwa hipertensi mereka akan sembuh jika mereka mengikuti terapi yang ditentukan. Karena mereka merasa lelah karena terus-menerus minum obat dan menghindari makanan asin, 50% pasien dengan pembacaan tekanan darah 170/100 mmHg dan 155/90 mmHg menyatakan ragu

bahwa tekanan darah mereka dapat dikontrol. Selain tidak rutin mengukur tekanan darah di Posbindu, 20% pasien lainnya menyatakan tidak yakin dengan kemampuannya mengendalikan keinginan untuk merokok dan minum kopi dan juga tidak rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah ke posbindu.

Berdasarkan fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi Di Prolanis Puskesmas Petanahan”

B. Rumusan Masalah

Rumusan Masalah Penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien Hipertensi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan gaya Sehat penderita hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis di Desa Ampelsari Kecamatan Petanahan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi efikasi diri pada pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis di Desa Ampelsari, Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen.
- b. Mengidentifikasi gaya hidup sehat pada penderita hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis di Desa Ampelsari, Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Ilmu Pendidikan

Hasil penelitian ini menambah sumber kepustakaan di perpustakaan Universitas Muhammadiyah Gombong dan menjadi bahan bacaan Mahasiswa Keperawatan.

b. Puskesmas

Penelitian ini institusi Puskesmas untuk lebih meningkatkan

pelayanan kesehatan kepada pasien hipertensi dengan memberikan edukasi kesehatan.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan kepada pasien hipertensi dengan lebih memfokuskan kepada masalah psikologis klien terkait efikasi diri terhadap kepatuhan gaya hidup sehat.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini menambah pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama kuliah dengan kenyataan di lapangan.

e. Bagi Pasien/Masyarakat

Hasil penelitian ini jadi memberikan informasi pada masyarakat untuk lebih meningkatkan efikasi diri dan gaya hidup sehat agar keberhasilan pengobatan hipertensi tercapai maksimal.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Penelitian
(Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, 2021)	Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi	Metode penelitian yaitu deskriptif korelasi menggunakan pendekatan cross sectional.	Hasil penelitian menunjukkan Mayoritas responden (86,7%) memiliki efikasi diri, menurut data, yang berkaitan dengan penerimaan dan penolakan keterampilan mereka ketika kapasitas fisik mereka menurun. (76,7%)	Persamaan dalam penelitian ini Penggunaan ukuran efikasi diri, gaya hidup hipertensi, dan penelitian korelasi deskriptif cross-sectional Perbedaan dengan penelitian ini Penelitian

			menjalani hidup sehat. Pada individu hipertensi, uji statistik menunjukkan hubungan yang substansial antara gaya hidup dan efikasi diri ($r=0,893$, $p=0,001$).	berbeda dalam waktu, lokasi, dan variabel yang terkait dengan kepatuhan hipertensi.
(Muyassarah, 2022)	Hubungan Self Efficacy Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pamolokan Kabupaten Sumenep	Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional.	Hasil penelitian ini menyatakan sebagian besar peserta memiliki tingkat efikasi diri sebesar (88,1%) dan tingkat efikasi diri sebesar (91,0%) dalam mencegah hipertensi. Berdasarkan uji statistik, efikasi diri dan pencegahan hipertensi berkorelasi signifikan, dengan koefisien korelasi positif sebesar 0,13 dan nilai p sebesar $0,000 < 0,05$.	Persamaan dalam penelitian ini memanfaatkan variabel efikasi diri hipertensi dan menggunakan desain penelitian kuantitatif cross-sectional. Perbedaan dalam penelitian ini Variabel-variabel yang diteliti, serta waktu dan lokasi penelitian.
(Qodir, 2020)	Faktor Determinan yang Berhubungan dengan Kepatuhan Rekomendasi Modifikasi Gaya Hidup Pasien Hipertensi.	Metode penelitian ini menggunakan cross-section.	Hasil Penelitian menunjukkan temuan studi, 100 pasien (71,4%) tidak mengikuti anjuran perubahan gaya hidup, sementara hanya 40 responden (28,6%) yang melakukannya. Berdasarkan	Persamaan dalam penelitian ini Faktor kepatuhan, gaya hidup hipertensi, dan metode penelitian cross-sectional. Perbedaan penelitian ini

			<p>temuan studi, 64 (45,7%) partisipan mematuhi diet, 59 (42,1%) mematuhi aktivitas fisik, dan 126 (90%) mematuhi berhenti merokok. Kepatuhan terhadap anjuran perubahan gaya hidup tidak berkorelasi signifikan dengan usia, jenis kelamin, atau pendidikan ($p = 0,06$; $p = 0,21$; $p = 0,87$), tetapi berkorelasi signifikan dengan tingkat pengetahuan ($p = 0,00$). Kepatuhan terhadap anjuran perubahan gaya hidup berkorelasi dengan pengetahuan.</p>	<p>Waktu dan lokasi penelitian merupakan variabel yang diteliti dalam penelitian ini.</p>
--	--	--	---	---

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, R. P., & Cruz, B. G. M. (2020). The Correlation Between Self-Care Behavior and The Self-Efficacy of Hypertensive Adults. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 5(1), 44. <https://doi.org/10.24990/injec.v5i1.273>
- Ahmad, E. H., & Makkasau, N. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rizmedia Pustaka Indonesia. https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=y8q_EAA AQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=Penjelasan+Etika+Penelitian+tahun+2023 +Kesehatan&ots=varJnE4zWF&sig=YFZTu9KIajSeA0jhVXSaq97EmZo
- Ajul, K., Windahandayani, V. Y., Surani, V., & Pranata, L. (2024). Dukungan keluarga terhadap kepatuhan gaya hidup sehat penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(7), 874–880.
- Amalia, A. N., & Arthur, R. (2023). *Penyusunan Instrumen Penelitian Konsep, Teknik, Uji Validitas, Uji Reliabilitas, dan Contoh Instrumen Penelitian*. PT Nasya Expanding Management (Penerbit NEM - Anggota IKAPI). https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=rx3JEAAA QBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Penjelasan+Instrumen+penelitian+tahun+2 023&ots=GTMLzqMuhV&sig=vW6hVYop8ewEKTlGr8B8moDG_gA
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Stikes Majapahit Mojokerto. <https://doi.org/https://www.ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/download/806/812/>
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensidan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 2. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM/article/view/289/149>
- Ariani, G. A. P., & Falah, F. (2022). Edukasi Self Care Management dalam Meningkatkan Efikasi Diri dan Motivasi Mencegah Komplikasi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila. *Journal Of Noncommunicable Disease*, 2(2), 56–63.
- Ariani, S. N. (2023). *Hubungan Antara Kepatuhan Konsumsi Obat Dengan Kontrol Tekanan Darah Dan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi: Vol. VIII (Issue I)*. <https://doi.org/http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/33587>
- Arrang, S. T., & Veronica, N. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Faktor Lainnya dengan Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi di RSAL Dr. Mintohardjo Jakarta. (*Journal of Management and Pharmacy Practice*), 13(4), 232–240. <https://doi.org/10.22146/jmpf.84908>
- Agustina, E. L., Kurnia, A., & Khoiriyah. (2024). Manajemen Diabetes : Bagaimana

- Dukungan Keluarga Dan Efikasi Diri Mendorong Kepatuhan Pola Makan. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 3, 303–312.
- Asikin, A., Badriah, D. L., Suparman, R., & Susianto, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Melakukan Pengobatan Secara Teratur Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif Di Puskesmas Hantara Kabupaten Kuningan. *Journal Of Public Health Inovation*, 61–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.34305/jphi.v2i1.330>
- Ayu, N. D. F., & Erwin, T. (2024). Pengaruh Edukasi Diet Dash (Dietary Approaches to Stop Hypertension) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbia Kecamatan Rumbia Kabupaten Lampung Tengah. *Multidisiplin Indonesia*, 3(2), 1142–1155.
- BPS Kabupaten Kebumen. (2023). *Penderita Hipertensi Kebumen*. <https://doi.org/https://kebumenkab.bps.go.id/id/statistics-table/1/OTMjMQ==/jumlah-kasus-10-penyakit-terbanyak-di-kabupaten-kebumen-2023.html>
- Casmuti, A. I. F. (2023). Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. (*Journal of Public Health Research and Development*), 7(1), 123–134. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.64213>
- Choirillaily, S., Wahyudi, C. T., Kesehatan, F. I., Pembangunan, U., & Veteran, N. (2022). *Peran Efikasi Dan Persepsi Diri Dalam Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi*. 6(2), 85–92.
- Darmawan, I., & Rochmawati, D. H. (2025). Gaya Hidup dan Stres Terhadap Keseimbangan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 4(1), 82–92.
- Daruhadi, G., & Sopiati, P. (2024). Metode Pengumpulan Data Penelitian. *Metode Pengumpulan Data Penelitian*, 3(5), 5423–5443.
- De Fretes, M. M. E. (2023). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa. (Suatu Stud. di RS Pant Waluya Sawahan Malang)*. <https://doi.org/http://repository.stikespantiwaluya.ac.id/id/eprint/280/>
- Dhrik, M., & Ratnasari, P. M. D. (2023). Analisis Hubungan Pengetahuan terkait Hipertensi dengan Kepatuhan Minum Obat dan Kontrol Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 9(1), 70–77. <https://doi.org/10.36733/medicamento.v9i1.5470>
- Didipu, R., & Febrianti, N. (2025). Edukasi Pola Makan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Defisit Pengetahuan Di Wilayah Kerja Puskesmas Talise Kota Palu. *Kolaboratif Sains*, 8(1), 973–981. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i1.7132>
- Dilla, N. I. R., & Susanti, N. (2024). Hubungan Perilaku Merokok Dengan

- Hipertensi Pada Usia Produktif (the Relationship Between Smoking Behavior and Hypertension in Productive Age). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(2).
- Efriandi, N., & Lestari, R. M. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 112–118. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5157>
- Emilda, R., & Wijayanto, W. P. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tekanan Darah Lansia Di Puskesmas Rawat Inap Negara Ratu Lampung. *Journal of Nursing Invention*, 5(1), 7–13. <https://doi.org/10.33859/jni.v5i1.506>
- Emiliana, N., Fauziah, M., Hasanah, I., & Fadlilah, D. R. (2021). Analisis Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rawat Jalan pada Pengunjung Puskesmas Pisangan. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 119–132.
- Ernawati, I., Fandinata, S. S., Permatasari, S. N. (2020). Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi dan Pengukuran dan Cara Meningkatkan Kepatuhan. *Graniti Anggota IKAPI*, 1–85.
- Ernawati, I., Fandinata S S., & Permatasari, N. S. (2020). Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi, Pengukuran, dan Cara Meningkatkan Kepatuhan. In *Graniti Anggota IKAPI*.
- Fandinata, S. S., & Putra, D. A. (2021). Terapi Dan Pola Hidup Sehat Pasien Hipertensi Untuk Menuju Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 2(01), 1. <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v2i02.3066>
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, I. (2021). Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Stikes Yarsi Mataram*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.57267/jisym.v11i1.73>
- Fitrianingsih, D., Winahyu, K. M., Wibisana, E., & Ahmad, S. N. A. (2022). Efikasi Diri Dan Gaya Hidup Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Jkft*, 7.
- Ferencia, C., Rahayu, N. S., & Purwaningtyas, D. R. (2023). Hubungan Konsumsi Gula, Garam, Lemak dan Sedentary Lifestyle Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Dewasa. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 117. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.117-128>
- Fitrianingshi, D. (2022). Efikasi Diri Dan Gaya Hidup Lansia Dengan Hipertensi. *Jkft*, 7(2), 108–112.
- Halim, R. D., & Sutriyawan, A. (2022). Studi Retrospektif Gaya Hidup Dan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(1), 121–128. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i1.2376>
- Husada, I., Ilmiah, J., & Juli, V. N. (2025). *The Relationship Between Self-Efficacy And*

Motivation To Prevent Complications With The Degree Of Hypertension

- Handayani, S. (2023). Analisis Pembatasan Garam pada Pasien Hipertensi dan Faktor-Faktor Determinannya di Desa Perapat Nunggul Kecamatan Lawe Alas Kabupaten Aceh Tenggara. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 847–858. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9471>
- Hasibuan, N. (2021). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua* (Vol. 2, Issue 4). Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan.
- Herabare, R. A. (2021). *Deskripsi Efikasi Diri Pada Penderita Hipertensi Yang Mengalami Komplikasi Di Puskesmas Pajang Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hildawati, H., & Suhirman, L. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif & Aplikasi Pengolahan Analisa Data Statistik*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=_eL8EAA-AQBAJ&oi=fnd&pg=PA23&dq=Penjelasan+Kuantitatif+beserta+pengutip+2024&ots=rDOMkBXkgn&sig=ICd6vgwvNKCLfVzE4j436KyQ8M
- Ihwatun, S. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Pengobatan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pudukpayung Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 352–359. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Isbiyantoro, I., Budiati, E., Antoro, B., Karyus, A., & Irianto, S. E. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(4), 75–82. <https://bimiki.e-journal.id/bimiki/article/view/122>
- Isna, N H., Dhian L R., & E. E. (2022). Hubungan Tingkat Stres , Pola Makan dan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kekambuhan Hipertensi di Desa Sidolaju. *Journal Cakra Medika*, 9(1), 19–30.
- Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- JayaFrana, I. (2022). Penyuluhan Pengendalian Hipertensi dan Kepatuhan Konsumsi Obat Anti Hipertensi. *Indonesian Journal Of Community Service*, 2(4), 443–451.
- Kemendes RI. (2022). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Web.Site. <https://doi.org/https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Apa Itu Hipertensi?* https://doi.org/https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2767/apa-itu-hipertensi

- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Penanganan Hipertensi dengan Perilaku CERDIK dan PATUH*.
https://doi.org/https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/2517/penanganan-hipertensi-dengan-perilaku-cerdik-dan-patuh
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Bahaya Hipertensi, Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. Web.Site.
<https://doi.org/https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240518/5245526/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi/>
- Kurniawati, R. D., & Sinaga, Y. (2023). Perilaku Hidup Sehat Cerdik Patuh Cegah Dan Kendalikan Hipertensi. *Jurnal Abdi Insani*, 10(3), 1250–1262.
<https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v10i3.1014>
- Lestari, N. Y. (2022). *Efek Efikasi Diri Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Mlonggo Dan Puskesmas Bangsri 1 Kabupaten Jepara Jawa Tengah* [Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <https://doi.org/http://repository.unissula.ac.id/25245/>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
<https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Lukito, A. A. (2023). *Panduan Promotif dan Preventif Hipertensi*. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.
- Manuntung, A. (2020). *Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi*. Wineka Media.
[https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=VWGDWAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA16&dq=Manuntung,+A.+\(2018\).+Terapi+Perilaku+Kognitif+pada+Pasien+Hipertensi.+Wineka+Media.&ots=yWZg4Appq_&sig=fo2YbLz6TYz-zhPyJWuBPdQy11k](https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=VWGDWAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA16&dq=Manuntung,+A.+(2018).+Terapi+Perilaku+Kognitif+pada+Pasien+Hipertensi.+Wineka+Media.&ots=yWZg4Appq_&sig=fo2YbLz6TYz-zhPyJWuBPdQy11k)
- Maqfirah, M., & Adam, A. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lembang Majene. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(4), 916–923.
- Marhabatsar, N. S., & S. S. A. (2021). Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Journal Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting CLimate Change*, 7(1), 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Martani, R. W., Kurniasari, G., & Angkasa, M. P. (2022). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Studi Literature. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 83–87.
<https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1266>
- Masto, N., Azniah, A., & Wijayaningsi, K. S. (2024). Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Pengelola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di

- Wilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(2), 41–45.
- Maziyya, N., Wulansari, A., Nurhamsyah, D., & Ismiraj, M. R. (2025). Peningkatan Kesadaran Risiko Hipertensi pada Keluarga Petani dan Peternak di Pangandaran melalui Edukasi dan Pemeriksaan Tekanan Darah Rutin. *Farmers: Journal of Community Services*, 6(1), 97–102. <https://doi.org/https://jurnal.unpad.ac.id/fjcs/article/download/61081/24909>
- Mir, T. H. (2023). Adherence Versus Compliance. *HCA Healthcare Journal of Medicine*, 4(2), 30. <https://doi.org/10.5498/wjp.v4.i2.30>
- Mitra. (2024). *Analisis Data Penelitian Kesehatan*. Widina Media Utama. <https://doi.org/https://repository.penerbitwidina.com/media/publications/567545-analisis-data-penelitian-kesehatan-untuk-03a84016.pdf>
- Mulyani, S. R. (2021). *Metodologi Penelitian* (Vol. 11, Issue 1). Widina Bhakti Persada Bandung. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regs-ciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Mustofani, D., & Hariyani, H. (2023). Penerapan Uji Korelasi Rank Spearman Untuk Mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Terhadap Tindakan Swamedikasi Dalam Penanganan Demam Pada Anak. *Unisda Journal of Mathematics and Computer Science (UJMC)*, 9(1), 9–13. <https://doi.org/10.52166/ujmc.v9i1.4272>
- Muyassarrah, A. (2022). *Hubungan Self Efficacy Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamolokan Kabupaten Sumenep* [Universitas Wiraraja.]. <https://doi.org/https://repository.wiraraja.ac.id/2140/>
- Novrianti, H., Harahap, D. A., & Kasumayanti, E. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tambang. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 11(2), 175–181.
- Nurani, I. A. (2023). Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragonan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(1), 26–38. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i1.5520>
- Nurhidayati, A., & Prajayanti, E. D. (2024). *Gambaran Efikasi Diri Dalam Pengelolaan Hipertensi Pada Lansia Di Uptd Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri Melakukan Pengelolaan Hipertensi Diantarnya Patuh Dalam Pengobatan , Diet Rendah Garam*

.. 3.

- Nurhidayati, A., & P. E. D. (2024). Gambaran Efikasi Diri dalam Pengelolaan Hipertensi pada Lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 3.
- Nurmaef, N., Zulfitri, R., & Sari, N. Y. (2024). Gambaran Manajemen Perawatan Hipertensi yang Diterapkan Lansia Sehari-Hari di Wilayah Pesisir Kota Pekanbaru. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), 236–244. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1835>
- Olpah, M., & Manto, M. R. O. A. D. (2025). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Grade I*.
- Pangastuti, F. T. W. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Vaksinasi Terhadap Kesiapan Vaksinasi Booster COVID-19 Pada Radiografer di Wilayah Jember. *Journal Stomatognatic*, 21(1), 75. <https://doi.org/10.19184/stoma.v21i1.47340>
- Pebriani, R. (2023). Pengaruh Diet Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18(2), 1–7.
- Pebriyanti, R. (2023). *Kepatuhan Penderita Hipertensi Dalam Menjalankan Gaya Hidup Sehat Di Desa Licin*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Prabasari, N. A. (2021). Self Efficacy, Self Care Management, Dan Kepatuhan Pada Lansia Hipertensi (Studi Fenomenologi). *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.36916/jkm.v6i1.115>
- Prayitnaningsih, S. (2021). *Pengaruh Hipertensi Terhadap Glaukoma*. Tim Universitas Brawijaya Press. [https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=K8JZEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Prayitnaningsih,+S.,+Rohman,+M.+S.,+Sujuti,+H.,+Abdullah,+A.+A.+H.,+%26+Vierlia,+W.+V.+\(2021\).+Pengaruh+Hipertensi+Terhadap+Glaukoma.+Universitas+Brawijaya+Press.&ots=cLYm1c-0IY&sig](https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=K8JZEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Prayitnaningsih,+S.,+Rohman,+M.+S.,+Sujuti,+H.,+Abdullah,+A.+A.+H.,+%26+Vierlia,+W.+V.+(2021).+Pengaruh+Hipertensi+Terhadap+Glaukoma.+Universitas+Brawijaya+Press.&ots=cLYm1c-0IY&sig)
- Profil Kesehatan Jawa Tengah. (2024). *Penyakit Tidak Menular (PTM). Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*. <https://doi.org/https://dinkes.jatengprov.go.id/buku-profil-kesehatan-v2/>
- Purnama, D., Usman, R. D., & Akhmad, A. (2025). Terapi Manajemen Stress Pada Penderita Hipertensi di Desa Bajoe Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(1), 334–341.
- Putri, P. M., & Juwariya, F. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Tentang Berhenti Merokok Pada Perokok Aktif Di Kelurahan Ketintang Surabaya: Mix-Method. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(3). <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v3i3.124>

- Qodir, A. (2020). Analisis Faktor Determinan yang berhubungan dengan Kepatuhan Rekomendasi Modifikasi Gaya Hidup Pasien Hipertensi. (*Journal of Ners and Midwifery*), 7(2), 256–263. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p256-263>
- Rahayu, T. G., & Khotimah, H. (2024). Aplikasi Pemberian Minuman Sereh Madu (Serdu) sebagai Pengembangan Fitofarmaka dalam Mengatasi Hipertensi pada Wanita. *Faletehan Health Journal*, 11(3), 332–337.
- Rahmawati, R. P. K. (2023). Hipertensi Usia Muda. *GALENICAL Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 2(5), 11. <https://doi.org/10.29103/jkkmm.v2i5.10478>
- Retnoningtyastuti, D. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pakis Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 3(3), 254–262.
- Romadhon, W. A., Haryanto, J., Makhfudli, M., & Hadisuyatmana, S. (2021). Hubungan antara Self Efficacy dan Self Care Behavior pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(4), 394. <https://doi.org/10.33846/sf11414>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (M. S. Dr. Ir. Try Koryati (ed.)). PENERBIT KBM INDONESIA Anggota IKAPI. <https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=PinKEAA AQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=Metodologi+penelitian&ots=ODQV5hkS 6D&sig=6lh7bDesm2G1CrBYC5WMNe9yrQs>
- Sakinah, A. S., Utomo, W., & Agrina, A. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Peran Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Kontrol Ke Pelayanan Kesehatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Selama Pandemi Covid-19. *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 9(2), 99–108. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v9i2.210>
- Samsiati, D., & Anwar, R. (2023). Hubungan Aktifitas Fisik, Konsumsi Buah dan Sayur, dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 05(02), 52–58.
- Sandra, F. K. (2020). Gambaran efikasi diri pada usia lanjut penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Sukoharjo. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 17–32.
- Santoso, P., Sucipto., Puspitasari, B., & Darmayanti, R. (2023). Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Hipertensi. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 74–81. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i1.275>
- Sari, R. K., & Kusuma, N. (2023). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (Andrii Cahyo Purnomo (ed.)). PT Sada Kurnia Pustaka. <https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=3He2EAA AQBAJ&oi=fnd&pg=PA103&dq=Metodologi+Penelitian+&ots=VGPew>

Wgsxt&sig=3_2CBvtBuLvRdt8pIj_X6QowMLA

- Satira, M., Afrinis, N., & Safitri, Y. (2024). *Aktifitas Fisik , Gizi Lebih , Konsumsi Buah , Sayur , Natrium , dengan Hipertensi Lansia di Palung Raya*. 3(4), 236–243.
- Sawitri, H., & Nadira, C. S. (2023). Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18, 80–85.
- Setyo, A., Isworo, A., & Ekowati, W. (2022). Manajemen Stress Psikologis untuk Pengendalian Tekanan Darah dengan Hipnoterapi Pada Kelompok Penderita Hipertensi RW I Mersi Kabupaten Banyumas. *Jurnal of Community Health Development*, 3(1), 7. <https://doi.org/10.20884/1.jchd.2022.3.1.4792>
- Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi* (M. Nasrudin (ed.)). PT Nasya Expanding Management (Penerbit NEM-Anggota IKAPI). https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=bQTrEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=penatalaksanaan+hipertensi+tahun+2023&ots=xEZPEMcFkb&sig=hmLid2McY5UHv_6N-YwdREVpBrE
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731.
- Sudirman, A. N. (2024). Efektifitas Metode Edukasi Terstruktur Terhadap Perubahan Perilaku Penderita Hipertensi Di Desa Bulotalangi. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 10(4), 682–690. <https://doi.org/10.22487/htj.v10i4.1449>
- Suhadi, R., & Virginia, D. M. (2021). *Seluk Beluk Hipertensi: Peningkatan Kompetensi Klinis untuk Pelayanan Kefarmasian*. (Y. (2020). Suhadi, R., Virginia, D. M., Setiawan, C. H., Hendra, P., & Wijoyo (ed.)). Sanata Dharma University Press. [https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=TsbTDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Suhadi,+R.,+dkk.+\(2020\).+Seluk+Beluk+Hipertensi:+Peningkatan+Kompetensi+Klinis+untuk+Pelayanan+Kefarmasian.+Sanata+Dharma+University+Press.&ots=gMgyFXIPae&sig=iZz4pIeHoOPGkQfaR9_R2CcptsY](https://doi.org/https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=TsbTDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Suhadi,+R.,+dkk.+(2020).+Seluk+Beluk+Hipertensi:+Peningkatan+Kompetensi+Klinis+untuk+Pelayanan+Kefarmasian.+Sanata+Dharma+University+Press.&ots=gMgyFXIPae&sig=iZz4pIeHoOPGkQfaR9_R2CcptsY)
- Susanti, L. (2020). *Hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Silo Jember*. 2020, 8. <https://doi.org/https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/92965>
- Tangu, P. N., Purnawan, S., & Hinga, I. A. T. (2024). Faktor yang Berpengaruh dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20-54 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Wae Nakeng. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 246–261. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i2.3251>
- Tasyabela, T. A. (2022). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Gaya Hidup*

Sehat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Klatak Banyuwangi (Vol. 33, Issue 1). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi.

- Thummak, S., Uppor, W., & Wannarit, L. O. (2023). Patient compliance: A concept analysis. *Belitung Nursing Journal*, 9(5), 421–427. <https://doi.org/10.33546/bnj.2807>
- Umam, R. H., & Hafifah, V. N. (2021). Gambaran Gaya Hidup dan Hipertensi Pada Lansia : A Systematic Review. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(1), 88–93. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i1.244>
- Vikantara, I. G. M., Wedri, N. M., Mertha, I. M., Rasdini, I. A., & Rahayu, V. E. S. P. (2023). Kombinasi Aromaterapi dan Hidroterapi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer. *Kesehatan*, 1–8. <https://doi.org/https://yapindo-cdn.b-cdn.net/article/12124/1698803406392.pdf>
- WHO. (2021). *Hypertension*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. <https://doi.org/https://www.blackbox.ai/chat/xIqoQKr#:~:text=mengunjungi%20tautan%20berikut%3A-,WHO%20%2D%20Hypertension.,Export,-Compare>
- WHO. (2024). *Raised blood pressure (SBP \geq 140 OR DBP \geq 90) (age_standardized estimate)*. WHO Official Website. WHO Official Website. <https://doi.org/https://apps.who.int/gho/data/view.main.NCDBPAWBv?lang=en>
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana, L. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.

LAMPIRAN 1 JADWAL PENELITIAN

Kegiatan	Apr 2025	Mei 2025	Jun 2025	Juli 2025	Agst 2025	Septm 2025	Okt 2025	Nov 2025	Des 2025	Jan 2026
Pengajuan Judul	✓									
Studi Pendahuluan		✓								
Penyusunan Proposal		✓	✓	✓	✓					
Ujian Proposal						✓				
Perbaikan Proposal Dan Uji Etik						✓			✓	✓
Penelitian									✓	
Analisa Data									✓	✓
Hasil dan Pembahasan										✓
Seminar Hasil										✓

LAMPIRAN 2 SURAT STUDI PENDAHULUAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 1506.5/II.3.AU/PN/V/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 22 Mei 2025

Kepada :
Yth. Kepala Puskesmas Petanahan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Nashhan Abdul Hakim
NIM : 202202102
Judul Penelitian : Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong



Amika Dwi Asti, M.Kep

LAMPIRAN 3 SURAT IZIN PENELITIAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 1750.5/II.3.AU/PN/X/2026
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 09 Januari 2026

Kepada :
Yth. Kepala Puskesmas Petanahan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Nashhan Abdul Hakim
NIM : 202202102
Judul Penelitian : Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi Di Prolanis Puskesmas Petanahan
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong

Annika Dwi Asti, M.Kep

LAMPIRAN 4 SURAT LOLOS UJI ETIK



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
Nomor : 004.6/II.3.AU/F/KEPK/II/2026

No. Protokol : 11113001635



Peneliti
Researcher

: Nashhan Abdul Hakim
Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS
PUSKESMAS PETANAHAN"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND
HEALTHY LIFESTYLE COMPLIANCE IN HYPERTENSION
PATIENTS IN PROLANIS PETANAHAN COMMUNITY
HEALTH CENTER"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik Ini berlaku selama kurun waktu tanggal 06 Januari 2026 sampai dengan tanggal 06 Januari 2027

This declaration of ethics applies during the period January 06, 2026 until January 06, 2027

January 06, 2026
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

LAMPIRAN 5 MAKSUD DAN TUJUAN PENELITIAN

LEMBAR MAKSUD DAN TUJUAN PENELITIAN

Kepada

Yth. Calon Responden

Di Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan Hormat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama: Nashhan Abdul Hakim

NIM: (202202102)

Akan mengadakan penelitian dengan judul "HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN". Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi saudara/i sebagai responden, kerahasiaan semua informasi responden akan dijaga, dan hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Jika anda tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada paksaan dan ancaman bagi anda dan keluarga. Apabila saudara/i bersedia menjadi responden, maka saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disediakan.

Demikian surat permohonan ini saya ajukan, atas perkenaan dan kesediaan responden dalam penelitian ini, saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya



Nashhan Abdul Hakim

LAMPIRAN 6 PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Jenis Kelamin :

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN" yang diteliti oleh mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama: Nashhan Abdul Hakim

NIM: 202202102

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, Desember 2025

Responden

(.....)

LAMPIRAN 7 PENJELASAN PENELITIAN (*Informed Consent*)

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Salam Hormat,

Bapak/Ibu..... Perkenalkan

Nama: Nashhan Abdul Hakim

NIM: (202202102)

Alamat : Wanasingan RT02/RW03, Karangduwur, Kecamatan Petanahan, Kabupaten
Kebumen, Jawa Tengah

Status : Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong

Dengan ini saya sampaikan bahwa saya sedang melakukan penelitian dengan judul "HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN". Penelitian ini merupakan kuantitatif dengan deskriptif korelasi dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah responden 118 penderita hipertensi di prolanis puskesmas petanahan dan prolanis desa ampelsari. Oleh karena itu, berikut saya akan menjelaskan beberapa hal terkait dengan penelitian yang akan saya lakukan:

1. Tujuan Penelitian ini

Tujuan Umum: Untuk menganalisis hubungan efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat pasien hipertensi di desa Sridadi.

Tujuan Khusus:

- a) Untuk mengidentifikasi efikasi diri pada pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis Desa Ampelsari
- b) Untuk mengidentifikasi gaya hidup sehat pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis Desa Ampelsari
- c) Untuk menganalisis hubungan efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis Desa Ampelsari

2. Manfaat penelitian ini

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi keperawatan tentang efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi dan memberikan

informasi kepada penderita hipertensi terkait efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat supaya penderita bisa melaksanakan perawatan mandiri secara rutin agar tercapainya kualitas kesehatan pasien yang baik.

3. Responden dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Prolanis Puskesmas Petanahan dan Prolanis Desa Ampelsari
4. Waktu dan tempat dilakukan sesuai kontrak dengan responden
5. Penelitian ini dilakukan dengan mengisi lembar kuesioner.
6. Setiap responden membutuhkan waktu 15 menit untuk mengisi lembar
7. Penelitian ini dilakukan satu kali untuk setiap responden, jika ada satu atau lebih pertanyaan yang belum diisi oleh responden, maka akan dikembalikan ke responden untuk melengkapinya.
8. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti akan menjelaskan tentang cara pengisian kuesioner untuk membantu dalam pengumpulan data.
9. Apabila responden tidak bersedia untuk mengisi kuesioner maka tidak akan dipaksa.
10. Apabila responden bersedia maka harus mengisi lembar persetujuan menjadi responden dan menandatangani.
11. Penelitian ini tidak merugikan saudara/saudari.
12. Semua catatan dan data yang berhubungan dengan penelitian ini akan disimpan dan dijaga kerahasiaannya.
13. Pelaporan hasil penelitian ini nantinya akan menggunakan nama inisial bukan nama lengkap.
14. Responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan berhak untuk mengajukan keberatan pada peneliti jika terjadi hal-hal yang tidak berkenan dan selanjutnya dicari penyelesaian masalahnya berdasarkan dengan kesepakatan antara peneliti dan responden.
15. Setelah selesai pengisian kuesioner, selanjutnya akan dilakukan pengumpulan data dengan komputer.

Atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih banyak.

Gombong, Desember 2025

Hormat Saya



Nashhan Abdul Hakim

LAMPIRAN 8 KUESIONER DATA DEMOGRAFI

LEMBAR KUISIONER DATA DEMOGRAFI

Hubungan Efikasi Diri dan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi Di Prolanis Puskesmas Pertanian

PETUNJUK PENGISIAN:

1. Bacalah setiap pertanyaan dibawah ini dengan baik.
2. Berikan tanda checklist (✓) yang menurut Bapak/Ibu paling benar.
3. Isilah bagian titik-titik sesuai dengan kondisi Bapak/ibu

A. DATA UMUM

1. Nama : _____
2. Jenis Kelamin :
 1. Laki-laki ()
 2. Perempuan ()
3. Umur () Tahun
4. Pendidikan Terakhir:
 1. Tidak Sekolah ()
 2. SD ()
 3. SMP/MTS ()
 4. SMA/SMK/MA ()
 5. Perguruan Tinggi ()
5. Pekerjaan:
 1. Tidak Bekerja ()
 2. Ibu Rumah Tangga ()
 3. Petani/Perkebun ()
 4. Pedagang ()
 5. Guru ()
 6. Lainnya ()
6. Lama menderita Hipertensi
 1. <5 Tahun ()
 2. >5 Tahun ()

LAMPIRAN 9 KUESIONER EFIKASI DIRI

KUESIONER EFIKASI DIRI

Petunjuk Pengisian :

1. Pilih sampai sejauh mana keyakinan dan kemampuan anda, bahwa anda mampu melaksanakan aktivitas dibawah ini.
2. Beri tanda cek list (✓) pada angka dikolom yang sesuai
 - a. **TM:** Tidak Mampu. Ketika anda tidak mampu melakukan aktivitas tersebut
 - b. **KM:** Kurang Mampu. Ketika anda ragu-ragu atau kadang mampu melakukan dan kadang tidak mampu melakukan aktivitas tersebut.
 - c. **MM:** Mampu Melakukan. Ketika anda merasa yakin sekali mampu melakukan aktivitas tersebut.
3. Silahkan cermati pertanyaan yang ada, kemudian sesuaikan dengan keyakinan diri anda terkait pertanyaan tersebut dengan memberi cek list (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan

No	Pertanyaan	Jawaban		
		TM	KM	MM
		(1)	(2)	(3)
1.	Saya mampu mengukur tekanan darah saya ke pelayanan kesehatan			
2.	Saya mampu memelihara berat badan sehingga tidak mengalami kegemukan			
3.	Saya mampu memilih makanan yang benar untuk mencegah tekanan darah bertambah tinggi			
4.	Saya mampu melakukan olahraga minimal 30 menit setiap hari atau sesuai saran tenaga kesehatan			
5.	Saya mampu untuk mengurangi konsumsi kafein/kopi			
6.	Saya mampu menghindari minum minuman keras			
7.	Saya mampu mengatasi stress ketika saya menghadapi masalah			
8.	Saya mampu untuk tidak merokok			
9.	Saya mampu menghindari orang lain yang sedang merokok			
10.	Saya mampu untuk minum obat sesuai aturan yang telah ditentukan ketika mendapat obat dari tenaga kesehatan			

LAMPIRAN 10 KUESIONER KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT

LEMBAR KUESIONER KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT

Petunjuk Pengisian :

1. Pilih sampai sejauh mana keyakinan dan kemampuan anda, bahwa anda mampu melaksanakan aktivitas dibawah ini.
2. Beri tanda cek list (✓) pada angka dikolom yang sesuai
 - a. **YA.** Ketika anda melakukannya
 - b. **TIDAK.** Ketika anda tidak melakukannya.
3. Silahkan cermati pertanyaan yang ada, kemudian sesuaikan dengan keyakinan diri anda terkait pertanyaan tersebut dengan memberi cek list (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Saya mengkonsumsi makanan asin seperti ikan asin dan memakannya 3 kali dalam seminggu atau lebih		
2.	Saya mengkonsumsi makanan berlemak seperti jeroan, daging kambing, telur ayam, daging sapi dan memakannya 3 kali dalam seminggu atau lebih		
3.	Saya mengkonsumsi garam lebih dari 1 sendok teh dalam sehari		
4.	Saya mengkonsumsi mie instan lebih dari 1 kali sehari		
5.	Saya mengkonsumsi air putih sebanyak 8-12 gelas per hari		
6.	Saya terbiasa berolahraga secara rutin 2-3 kali setiap minggu		
7.	Saya terbiasa menggunakan waktu selama 30-45 menit setiap kali berolah raga.		
8.	Saya mengkonsumsi kopi sebanyak lebih dari 3 gelas per hari		
9.	Saya mampu mengontrol stress dengan baik		
10.	Saya tidur pada malam hari selama 6-8 jam per hari		

11.	Saya tidur pada siang hari selama 1-2 jam per hari		
12.	Saya mampu menjaga atau mengontrol berat badan saya sehingga tidak mengalami kegemukan/obesitas		
13.	Saya saat ini adalah perokok.		
14.	Saya sering terpapar dengan asap rokok.		
15.	Anggota keluarga saya ada yang merokok.		



LAMPIRAN 11 HASIL ANALISA DATA UNIVARIAT DAN BIVARIAT HASIL ANALISA DATA UNIVARIAT DAN BIVARIAT

Frequency Table

JENIS KELAMIN RESPONDEN

	N	%
Laki-laki	58	49.2%
Perempuan	60	50.8%

USIA RESPONDEN

	N	%
Muda (40-49 tahun)	41	34.7%
Dewasa (50-59 tahun)	32	27.1%
Lansia (>60 tahun)	45	38.1%

PENDIDIKAN RESPONDEN

	N	%
SD	16	13.6%
SMP	22	18.6%
SMA	72	61.0%
Perguruan Tinggi	8	6.8%

PEKERJAAN RESPONDEN

	N	%
Tidak Bekerja	12	10.2%
Ibu Rumah Tangga	42	35.6%
Petani	33	28.0%
Pedagang	23	19.5%
Guru	8	6.8%

RIWAYAT HIPERTENSI

	N	%
Ada Riwayat	67	56.8%
Tidak Ada Riwayat	51	43.2%

LAMA HIPERTENSI

	N	%
< 5 tahun	63	53.4%
> 5 tahun	55	46.6%

Frequency Table

EFIKASI DIRI

	N	%
Tinggi (>13)	118	100.0%

KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT

	N	%
Kurang Patuh (6-10)	34	28.8%
Patuh (11-15)	84	71.2%

Statistics

		EFIKASI DIRI	KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT
N	Valid	118	118
	Missing	0	0
Mean		2.00	2.71
Std. Error of Mean		.000	.042
Median		. ^a	2.71 ^a
Mode		2	3
Std. Deviation		.000	.455
Variance		.000	.207
Std. Error of Skewness		.223	.223
Std. Error of Kurtosis		.442	.442
Range		0	1
Minimum		2	2
Maximum		2	3
Sum		236	320
Skewness			-.948
Kurtosis			-1.121

a. Calculated from grouped data.

Correlations

		EFIKASI DIRI	KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT
Spearman's rho	EFIKASI DIRI	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	118
	KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT	Correlation Coefficient	.705**
		Sig. (2-tailed)	<.001
		N	118

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 12 DOKUMENTASI PENELITIAN



PROLANIS PUSKESMAS PETANAHAN



DESA AMPELSARI

LAMPIRAN 13 HASIL UJI TURNITIN



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc., Ph.D
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi
Di Prolanis Puskesmas Petanahan
Nama : Nashhan Abdul Hakim
NIM : 202202102
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Hasil Cek : 29%

Gombong, 14 Januari 2026

Mengetahui,
Pustakawan Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Desy Setijawati)


(Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc., Ph.D)

LAMPIRAN 14 LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG FAKULTAS ILMU
KESEHATAN PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

**Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433,
Gombong 54412**

Nama Mahasiswa : Nashhan Abdul Hakim
NIM : 202202102
Pembimbing : Bapak Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc., Ph.D

Tanggal Bimbingan	Topik /Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
12 Maret 2025	Pertemuan pertama dengan dosen pembimbing	
17 Maret 2025	Pengajuan judul proposal	
17 April 2025	ACC judul proposal	
25 April 2025	Bimbingan Bab 1	
13 Mei 2025	ACC Bab 1 dan bimbingan Bab 2	
13 Mei 2025	ACC Bab 2 dan bimbingan Bab 3	
16 Juni 2025	ACC BAB 1, BAB 2, BAB 3	
8 Januari 2026	Bimbingan Bab 4 dan Bab 5	
9 Januari 2026	ACC Bab 4 dan Bab 5	

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana,



(Cahyu Septiwi, M. Kep.,Sp.Kep. MB, Ph.D)

0627097701