

Implementasi Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Self Efficacy dan Motivasi pada Pasien Hipertensi

Implementation of Health Education to Improve Self-Efficacy and Motivation in Hypertension Patients

Salami Salami ¹

Angga Wilandika ^{1*}

Maya Sukmayanti ²

Enisah ³

Delia Rida Mulyani ¹

¹Department of Nursing, Aisyiyah University, Bandung. Jl. KH Ahmad Dahlan Dalam No.06, Bandung, West Java, Indonesia.

²Department of Midwifery, Aisyiyah University, Bandung. Jl. KH Ahmad Dahlan Dalam No. 06, Bandung, West Java, Indonesia

³Puskesmas Cijagra Lama . Jl. Buah Batu No. 275 Kota Bandung, Jawa Barat

email: salami@unisa-bandung.ac.id

Kata Kunci

Edukasi Kesehatan
Hipertensi
Self Care

Keywords:

Health Education
Hypertension
Self Care

Received: October 2024

Accepted: January 2024

Published: Maret 2025

Abstrak

Hipertensi merupakan kontributor penting penyebab kematian terbesar di Kota Bandung. Penyakit ini membutuhkan manajemen penyakit jangka panjang oleh penderitanya, agar tidak menimbulkan komplikasi yang mematikan. Penderita hipertensi perlu terlibat secara aktif dalam perawatan penyakitnya yang membutuhkan motivasi dan *self efficacy* yang baik, oleh karena itu edukasi kesehatan untuk penderita hipertensi menjadi penting supaya penderita dapat melaksanakan self care dengan baik. Pengabdian masyarakat (pengmas) ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Cijagra Lama Kota Bandung yang terintegrasi kedalam program mahasiswa profesi Ners pada tgl 19 Mei 2024. Pengmas yang dilaksanakan berupa pemberian materi tentang hipertensi dan penatalaksanaannya. Metode edukasi melalui presentasi dengan PPT dan pemberian leaflet. Hasil pre dan post dianalisis dengan uji *wilcoxon* menunjukkan hasil adanya peningkatan yang bermakna pada 39 peserta pengmas dalam hal efisiensi diri dan motivasi dalam penatalaksanaan penyakit hipertensi. Program ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan *self efficacy* sehingga mampu mengontrol penyakit dengan baik.

Abstract

Hypertension is a significant contributor to the leading cause of death in Bandung City. This chronic condition requires long-term management by individuals to prevent potentially fatal complications. Therefore, it is crucial for individuals with hypertension to actively engage in the management of their condition, which demands high levels of motivation and self-efficacy. In this context, health education is pivotal in empowering patients to perform self-care effectively. This community service (Pengmas) activity was conducted within the jurisdiction of the Cijagra Lama Health Center in Bandung City, and integrated into the Ners professional student program, on May 19, 2024. The community service involved providing educational materials on hypertension and its management. The educational approach included presentations using PowerPoint slides and the distribution of informational leaflets. Results from pre- and post-test with the Wilcoxon test demonstrated a significant improvement in both self-efficacy and motivation among the 39 participants in the community service program, concerning the management of hypertension. This initiative is expected to enhance participants' ability to manage their condition effectively, promoting better control over their health.



© 2025 Salami, Angga Wilandika, Maya Sukmayanti, Enisah, Delia Rida Mulyani. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](#). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i3.8471>

PENDAHULUAN

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan, prevalensi penderita hipertensi di Indonesia masih tinggi pada penduduk di atas 18 tahun yaitu sekitar 34,1%. Angka ini mengalami peningkatan cukup signifikan sebesar 8,5% selama lima tahun dari tahun 2013 (RISKESDAS, 2018). Di samping prevalensi yang cenderung meningkat yang lebih mengkhawatirkan adalah kesadaran akan penyakit ini hanya mencapai 42,9%, dengan 11,5% yang menjalani pengobatan, dan hanya 14,3% yang berhasil mengontrol penyakitnya (Peltzer *et al.*, 2018). Jawa Barat sebagai salah satu propinsi di Indonesia melaporkan sebanyak 41,6% penduduk menderita hipertensi. Sedangkan Kota Bandung melaporkan hipertensi

How to cite: Salami., Wilandika, A., Sukmayanti, M., Enisah., Mulyani, D. R. (2025). Implementasi Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Self Efficacy dan Motivasi pada Pasien Hipertensi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(3), 714-718. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i3.8471>

sebagai penyebab kematian terbesar, persentase sebesar 12,40% disusul dengan penyakit yang muncul sebagai komplikasi nya seperti stroke dan gagal jantung (Dinas Kesehatan Kota Bandung, 2020; Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2017). Data ini menunjukkan tingginya tingkat morbiditas dan mortalitas yang membutuhkan intervensi serius. *Eighth Joint National Committee* (JNC 8) menyatakan bahwa penanganan hipertensi melibatkan pendekatan farmakologi dan non-farmakologi (Olin, 2015). Pendekatan tersebut dapat diimplementasikan melalui perilaku *self-care* management, di mana individu dapat mencegah keparahan penyakit dan terlibat dalam pengambilan keputusan untuk mengevaluasi serta mengatasi gejala ketika terjadi. (*World Health Organization* (WHO) 2021). Beberapa penelitian melaporkan bahwa *self-care* yang konsisten dapat meningkatkan *self efficacy* pasien, kualitas hidup, mengurangi kunjungan ke layanan perawatan primer, dan menurunkan risiko komplikasi penyakit. ((Neminqani *et al.*, 2015; Yildiz *et al.*, 2016; Zinat Motlagh *et al.*, 2016). Berdasarkan analisis kondisi situasi mitra pengabdian masyarakat adalah RW 9 Kecamatan Turangga wilayah kerja Puskesmas Cijagra Lama Kota Bandung. Berdasarkan pengkajian pada 4 April – 1 Mei 2024 didapatkan data dari 229 responden yang dikaji, terdapat 106 (46%) adalah lansia. Merujuk masalah kesehatan yang ditemukan, sebagian besar lansia (71%) menderita hipertensi, 43 % lansia melakukan pemeriksaan hanya apabila merasakan gejala saja, 44 % tidak patuh dalam minum obat hipertensi. Puskesmas Cijagra Lama memiliki beberapa program yang berkaitan dengan penatalaksanaan hipertensi yaitu program penatalaksanaan penyakit kronis, serta posbindu lansia sebagai salah satu Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM). Meskipun langkah-langkah strategis telah diambil oleh pemerintah dalam mengelola hipertensi, tetapi kunci penting penatalaksanaan manajemen penyakit tetap berada di tangan penderita itu sendiri. Peran penderita sangat krusial dalam pengelolaan penyakit ini dan akan mempengaruhi keberhasilan pengobatan secara menyeluruh. Oleh karena itu, pemahaman penderita hipertensi terhadap management perawatan penyakit harus ditingkatkan agar penderita dapat mengontrol penyakitnya dengan baik sehingga terhindar dari komplikasi yang serius ((Dewi, 2017; Salami, 2021; Salami *et al.*, 2018). Berdasarkan wawancara dengan 6 pasien hipertensi didapatkan data 3 orang dari penderita mengatakan mengetahui tentang pengobatan tetapi seringkali tidak minum obat karena tidak merasakan gejala penyakit, dan penderita lainnya karena kadang-kadang bosan harus setiap hari minum obat serta dari segi makanan. banyak makanan yang harus dibatasi. Merujuk pada data tersebut diatas, intervensi secara holistik untuk meningkatkan *self care* manajemen dan pengendalian penyakit menjadi suatu aspek yang sangat penting. Peningkatan *self care* management dapat dicapai melalui usaha meningkatkan tingkat literasi, motivasi dan juga *self efficacy*. Bagi penderita hipertensi, motivasi merupakan faktor penting dalam penatalaksanaan penyakit, menunjukkan bahwa motivasi yang baik secara signifikan berhubungan dengan *self care* penderita hipertensi. (Suling *et al.*, 2023) Demikian juga dengan faktor *self efficacy*, penelitian membuktikan bahwa *self efficacy* berhubungan dengan kepatuhan minum obat dan diet rendah garam pada pasien hipertensi. (Warren-Findlow *et al.*, 2012). Peningkatan motivasi dan *self efficacy* dapat ditingkatkan melalui peningkatan literasi penderita hipertensi. Upaya tersebut dapat dilaksanakan dengan cara pemberian edukasi kesehatan tentang perawatan mandiri pada penderitanya. Beberapa studi menunjukkan bahwa program Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada pasien dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kondisinya, sekaligus meningkatkan kesadaran terhadap perawatan penyakit. Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam memperbaiki manajemen diri pasien hipertensi (Debela *et al.*, 2023; Pardosi *et al.*, 2019). Pengabdian masyarakat ini memiliki beberapa tujuan, yaitu meningkatkan pengetahuan, motivasi dan *self efficacy* penderita hipertensi sebagai upaya pengendalian tekanan darah melalui *self care* management hipertensi. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melibatkan mahasiswa profesi ners dari Fakultas Ilmu Kesehatan (Fikes) Unisa Bandung yang terintegrasi dalam pembelajaran stase komunitas dan keluarga. Bagi para dosen, kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan bagian dari pelaksanaan tridharma perguruan tinggi. Pilihan tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah wilayah kerja Puskesmas Cijagra Lama Bandung dikarenakan tempat ini merupakan wahana praktik mahasiswa yang dikuatkan dengan adanya MoU untuk kegiatan tridharma dosen Unisa Bandung.

METODE

Metode pengmas dilakukan dengan cara penyampaian materi melalui PPT dan pemberian *leaflet*. Kegiatan ini diintegrasikan kedalam praktik mahasiswa stase komunitas PPN XI. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2024 di RW 09 Kecamatan Turangga Bandung yang diikuti oleh 39 orang. Program pengmas yang dilakukan meliputi pengukuran tekanan darah, kemudian *pre test* tentang motivasi dan *self efficacy* pada penderita hipertensi setelah itu penyampaian materi yang dipresentasikan melalui PPT dan pemberian *leaflet*. Materi yang diberikan meliputi definisi hipertensi, gejala, faktor penyebab, komplikasi, cara pencegahan dan pengelolaan hipertensi yang terdiri dari sembilan cara yaitu pengobatan, diet DASH, aktivitas fisik dan olahraga teratur, manajemen berat badan, manajemen stress, tidak merokok dan tidak minum alkohol, cukup tidur, kontrol tekanan darah secara teratur. Setelah edukasi dilakukan *post test* terkait dengan *self care* management hipertensi. Kuesioner yang digunakan yaitu *Hypertension self care profile* (HSP) untuk mengukur motivasi dan *self efficacy* yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh pengabdian dengan hasil yang valid dan reliabel (Salami *et al.*, 2023). Analisis data yang digunakan untuk mengukur perbedaan rerata hasil *pre test* dan *post test* menggunakan *Uji Wilcoxon*, karena Uji statistik non parametrik dilakukan karena jumlah sampel relatif kecil, skala data bersifat ordinal dan data tidak berdistribusi normal (Rahmad, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan *self care* penderita hipertensi dari aspek motivasi dan *self efficacy*. Hasil pengukuran motivasi dan *self efficacy* disajikan pada tabel 1. Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa edukasi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan motivasi dan *self efficacy* penderita hipertensi dengan *p-value* < 0,05. Dengan perbedaan rerata mean untuk motivasi sebesar 27,11 dan *self efficacy* sebesar 3,23. Adanya peningkatan motivasi dan *self efficacy* setelah intervensi pendidikan kesehatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan motivasi dan *self efficacy* penderita dalam mengelola hipertensi. Hasil pengmas ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Lampung yang melaporkan hasil bahwa penyuluhan dengan media *booklet* dapat meningkatkan motivasi pasien hipertensi dalam penatalaksanaan diet hipertensi (Utari *et al.*, 2021). Pasien yang diberikan informasi tentang risiko komplikasi dari penyakit dapat mendorong kepatuhan terhadap rekomendasi medis, karena ancaman komplikasi yang dirasakan dapat meningkatkan kecemasan situasional. Hal ini berpotensi untuk meningkatkan motivasi pasien untuk melakukan perubahan perilaku. (Hallberg *et al.*, 2016). Penelitian lain menegaskan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengontrolan tekanan darah sekaligus meningkatkan pengetahuan, aktivitas perawatan diri, dan efikasi diri pasien. Program edukasi lainnya terbukti meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan serta meningkatkan proporsi pasien yang mengalami penurunan berat badan (Galdas *et al.*, 2015). Sebaliknya, edukasi kesehatan yang tidak memadai dapat mempengaruhi perilaku kesehatan dan pilihan pengobatan, yang sering kali mengarah pada pengelolaan hipertensi yang tidak optimal. (Mohebi *et al.*, 2018). Dalam konteks perawatan hipertensi motivasi secara signifikan mempengaruhi perilaku perawatan diri pada pasien hipertensi. Individu yang termotivasi lebih cenderung menggunakan praktik perawatan diri untuk menjaga kesehatan dan mengelola hipertensi sebagaimana diungkap oleh penelitian di Selangor dan Kuala Lumpur. Lumpur, bahwa motivasi merupakan penentu utama perilaku perawatan diri hipertensi di masyarakat (Tan *et al.*, 2022). Demikian juga dengan efikasi diri yang tinggi akan mengarahkan pasien hipertensi untuk memulai dan mengontrol tekanan darah mereka agar tetap dalam kisaran normal. (Hu *et al.*, 2013).

Tabel 1. Hasil Uji Perbedaan Rerata dari Motivasi dan *Self efficacy* Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Pengmas (n=39).

Variables	Mean-SD		z	p-value
	Pre Test	Post Test		
<i>Self-efficacy</i>	60.65±10.30	63.86±9.02	-5.09	0.000
Motivasi	39.16±10.96	66.28±8.26	-9.29	0.000



Gambar 1. Implementasi Edukasi Kesehatan Untuk Meningkatkan Motivasi Dan *Self efficacy* Managemen Pada Pasien Hipertensi.

KESIMPULAN

Program edukasi ini meningkatkan *self-efficacy* (mean = 3.23), dan motivasi (mean = 27.11) pada penderita hipertensi. Peningkatan motivasi dan motivasi pada penderita hipertensi melalui program ini , diharapkan dapat menjadikan penderita hipertensi mampu mengontrol penyakit ssehingga terhindar dari komplikasi yang mematikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Aisyiyah Bandung yang telah memberikan support secara material maupun immaterial untuk kegiatan Pengmas.

REFERENSI

- Debela, D. B., Dhaba, B., Shumi, G., Abagero, A., Gudina, G., Ayana, Y., Addissie, A., Deressa, W., & Scuteri, A. (2023). Effect of an Educational Intervention on Lifestyle Modification of Patients With Hypertension at Bishoftu General Hospital, Ethiopia, 2021. *Preventing Chronic Disease*, **20**(20), 1–6. <https://doi.org/10.5888/pcd20.220235>
- Dewi, I. P. (2017). Volume 4 | Nomor 2 | Desember 2017. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, **4**(6), 33–39. <https://doi.org/10.33867/jka.v5i1.89>
- Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2020). Profil Dinas Kesehatan Kota Bandung Tahun 2019. 287. www.dinkes.bandung.go.id
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2017). Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2017. Diskes Jabarprov, 52.<https://ppid-diskes.jabarprov.go.id/informasipublik/dipdetail/03setiap/cVdONmxNdGlwcEowL3loMUY5UkUzZz09>
- Hu, H., Li, G., & Arao, T. (2013). Validation of a Chinese Version of the Self-Efficacy for Managing Chronic Disease 6-Item Scale in Patients with Hypertension in Primary Care. *ISRN Public Health*, 2013, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2013/298986>
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2018). Social Support and Self - Care Behavior Study. *January*, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>

- Neminqani, D. M., El-shereef, E. A. A., & Thubiany, M. M. A. L. (2015). Hypertensive Patients: Self-Care Management Practices in Al-Taif, KSA. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, *4*(12), 1705-1714. <https://doi.org/10.21275/v4i12.nov152310>
- Olin, B. R. (2015). Hypertension: The Silent Killer: Updated JNC8 Guideline Recommendations Associate Clinical Professor of Pharmacy Practice, Drug Information and Learning Resource Center. https://cdn.ymaws.com/www.aparx.org/resource/resmgr/CEs/CE_Hypertension_The_Silent_K.pdf
- Pardosi, S., Sahran, & Permata Sari, F. (2019). The effect of hypertension education on self management in elderly in the working area of puskesmas lingkaran barat kota Bengkulu 2018. (*Icihc* 2018) *14*, 58-61. <https://doi.org/10.2991/icihc-18.2019.15>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). The Prevalence and Social Determinants of Hypertension among Adults in Indonesia: A Cross-Sectional Population-Based National Survey. *International Journal of Hypertension*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/5610725>
- Rahmad, A. (2017). Alasan Peneliti Menggunakan Analisis Statistik Wilcoxon (Non Parametrik).
- RISKESDAS. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Salami, S. (2021). Self care management. Universitas Aisyiyah Bandung, *8*(1), 87-99. <https://doi.org/10.33867/jka.v8i1.261>
- Salami, S., Choo, S. S., Said, F. M., & Wilandika, A. (2023). Psychometric Properties of The Indonesian Version of Hypertension Self Care Profile. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, *19*(4), 231-236. <https://doi.org/10.47836/MJMHS.19.4.34>
- Salami, S., & Wilandika, A. (2018). Volume 5 | Nomor 2 | Desember 2018. *Jurnal Keperawatan*, *5*(6), 99-106. https://scholar.google.co.id/citations?user=FPuJHVYAAAAJ&hl=id#d=gs_md_cita-d&u=%2Fcitations%3Fview_op%3Dview_citation%26hl%3Did%26user%3DFPuJHVYAAAAJ%26c
- Suling, C., Gaghauna, E., & Santoso, B. (2023). Motivasi Pasien Hipertensi Berhubungan Dengan Kepatuhan Minum Obat. *Jurnal Keperawatan*, *16*(1), 383-396. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i3.1081>
- Tan, P. P. S., Sandhu, R. S., Zain, S. M., Hall, D., Tan, N. C., Lim, H. M., Daud, F., & Pung, Y. F. (2022). Health motivations and perceived barriers are determinants of self-care behaviour for the prevention of hypertension in a Malaysian community. *PLoS One*, *17*(12), e0278761. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278761>
- Utari, R., Sari, N., & Sari, F. E. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan terhadap Motivasi Diet Hipertensi Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Makarti Tulang Bawang Barat Tahun 2020. *Jurnal Dunia Kesmas*, *10*(1), 136-144. <https://doi.org/10.33024/jdk.v10i1.3550>
- Warren-Findlow, J., Seymour, R. B., & Huber, L. R. B. (2012). The association between self-efficacy and hypertension self-care activities among African American adults. *Journal of Community Health*, *37*(1), 15-24. <https://doi.org/10.1007/s10900-011-9410-6>
- World Health Organization [WHO]. (2021). WHO Guideline on self-care interventions for health and well-being. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240052192>
- Yildiz, E., & Erci, B. (2016). Effects of self-care model on blood pressure levels and self-care agency in patients with hypertension. *International Journal of Health Sciences*, *4*(1), (ISSN: 2372-5060), 42-43. <https://doi.org/10.15640/ijhs.v4n1a8>
- Zinat Motlagh, S. F., Chaman, R., Sadeghi, E., & Ali Eslami, A. (2016). Self-care behaviors and related factors in hypertensive patients. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, *18*(6). <https://doi.org/10.5812/ircmj.35805>