PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
health research journal

HUBUNGAN SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK BALAI KEKARANTINAAN KESEHATAN KELAS I PROBOLINGGO

Haris Anwar [1], Dodik Hartono[2] Rizka Yunita[3],
Universitas Hafshawaty Zainul Hasan.
Email:harisanwar@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan tekanan darah dalam arteri meningkat secara konsisten di atas normal. Kepatuhan pengobatan sering menjadi masalah pada pasien yang menderita penyakit kronik untuk pengobatan jangka panjang. Tujuan penelitian ini yaitu untuk Mengetahui Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi di Klinik Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo

Jenis penelitian desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah desain studi analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Responden penelitian ini adalah pasien yang mengalami hipertensi. Populasi sejumlah 42 responden, didaptkan sampel sejumlah 52 responden dengan teknik Acidental sampling. Alat ukur yang di gunakan adalah kuesioner dengn menggunakan Uji Statistik = uji Spearman Rho..

Hasil penelitian didapatkan dukungan keluarga dengan kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo dengan $\rho = 0{,}006$ sehingga $\rho = 0{,}006 < \alpha = 0{,}05$. Yang artinya terdapat hubungan.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan, dan penerimaan terhadap anggota keluarga yang sedang sakit, yang dapat berasal dari anak, istri, suami, atau anggota keluarga lainnya. Dukungan keluarga ini mencakup upaya melindungi anggota keluarga dari stresor yang mereka hadapi. Bentuk dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga meliputi dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan emosional, dan dukungan instrumental

Kata Kunci: Self Efficacy, Dukungan Keluarga, Kepatuhan Gaya Hidup

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang masih menjadi perhatian global hingga saat ini. Kondisi ini disebut sebagai penyebab utama penyakit kardiovaskular dan kematian di seluruh dunia. Lebih lanjut, prevalensi hipertensi semakin meningkat kejadiannya, terutama di negara-negara yang tergolong Low and Middle Income Countries (LMICs). Hipertensi atau darah tinggi sering dikatakan sebagai "Silent Killer" (Nuraini et al., 2023).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022 menunjukkan prevalensi hipertensi pada lansia di Jawa Timur sebesar 22,71% (Dinkes Jatim, 2022). Di kota Probolinggo, tahun 2022 jumlah kunjungan rawat jalan penderita Hipertensi secara keseluruhan terjadi kenaikan sebesar 22,4% dari tahun sebelumnya dan masih menjadi peringkat 4 besar kasus dari tahun-tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan, PP dan KB Kota Probolinggo, 2023). Di Klinik Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo jumlah kunjungan pasien

ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
health research journal

Hipertensi pada tahun 2024 adalah sebanyak 494.

Faktor risiko terjadinya hipertensi dapat dibagi menjadi dua, yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, ras atau etnik, dan faktor genetik, sementara faktor yang dapat dimodifikasi meliputi kelebihan berat badan atau obesitas, konsumsi garam yang terlalu banyak, kurang aktivitas fisik (pola hidup sedentary atau tidak aktif), konsumsi alkohol secara berlebihan, efek samping obat, merokok, kadar gula tinggi atau diabetes, gangguan fungsi ginjal, dan lain-lain (Fatchanuraliyah et al., 2024).

Gaya hidup adalah faktor-faktor yang penting dalam berpengaruh di dalam kehidupan bermasyarakat. Bagi penderita hipertensi gaya hidup tidak sehat dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi, seperti konsumsi garam berlebih, kurangnya melakukan aktifitas fisik, minum alkohol, rendahnya konsumsi buah dan sayur

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah desain studi analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Tehnik sampling yang digunakan adalah accidental sampling, Sampel yang di gunakan Sebanyak 52 responden yanag memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dan Analisa Data Uji Statistik = uji Spearman Rho

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.1 Distribusi Berdasarkan Jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Laki-laki	28	53,8
Perempuan	24	46,2
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.2 Distribusi Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
<40 Tahun	9	17,3
40 - 50 Tahun	10	19,2
51 - 60 Tahun	15	28,8
>60 Tahun	18	34,6
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.3 Gambaran Berdasarkan Pendidikan

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
SD	24	46,2
SMP	8	15,4
SMA	14	26,9
SARJANA	6	11,5
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.4 Gambaran Berdasarkan Perkawinan

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Menikah	40	76,9
Belum Menikah	2	3,8
Duda/janda	10	19.2
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.5 Gambaran frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tidak bekerja	21	40,4
Buruh Tani	1	1,9
Nelayan	9	17,3
PNS	4	7,7
Karyawan swasta	11	21,2
Wiraswasta	6	11,5
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
health research journal

5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Self Efficacy Pada Responden Hipertensi

Self Efficacy	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tinggi	23	44,2
Rendah	29	55,8
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Dukungan Keluarga Pada Pasien Hipertensi

Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Baik	16	30,8
Cukup	13	25,0
Kurang	23	44,2
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.8 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kepatuhan Gaya Hidup Pada Pasien Hipertensi

Kepatuhan Gaya Hidup	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Patuh	16	30,8
Kurang Patuh	14	26,9
Tidak Patuh	22	42,3
Total	52	100

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.9 Tabulasi Silang Hubungan Self Efficacy dengan Kepatuhan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi

Self Efficacy	Kepatuhan Gaya Hidup						Total	
	Patuh		Kurang Patuh		Tidak Patuh			
	F	%	f	%	f	%	f	%
Tinggi	11	47,8	11	47,8	1	4,35	23	100,0
Rendah	5	17,2	3	10,3	21	72,4	29	100,0
Total	16	30,8	14	26,9	22	42,3	52	100,0

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.10 Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo.

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Gaya Hidup						Total	
	Patuh		Kurang Patuh		Tidak Patuh			
	F	%	f	%	f	%	f	%
Baik	8	50,0	4	25,0	4	25,0	16	100,0
Cukup	5	38,5	4	30,8	4	30,8	13	100,0
Kurang	3	13,0	6	26,1	14	60,9	23	100,0
Total	16	30,8	14	26,9	22	42,3	52	100,0

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.11 Tabel Uji Statistik Hubungan Self Efficacy dengan Kepatuhan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo

	Skor Kepatuhan Gaya Hiadup
Skor *Self Efficacy*	r = 0,595
	p < 0,000
	n = 52

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Tabel 5.12 Tabel Uji Statistik Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo.

	Skor Kepatuhan Gaya Hiadup
Skor Dukungan Keluarga	r = 0,379
	p < 0,006
	n = 52

Sumber : Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei-Juni 2025

Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.9 diatas menunjukkan bahwa kategori terbanyak yaitu self efficacy rendah yang memiliki tingkat

ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
health research journal

kepatuhan gaya hidup (tidak patuh) sebanyak 21 responden (72,4%), dan terkecil yaitu kategori self efficacy tinggi yang memiliki tingkat kepatuhan (tidak patuh) sebanyak 1 responden (4,35%). Berdasarkan hasil uji analisis dengan menggunakan uji Spearman Rank pada SPSS didapatkan hasil Sig.(2 tailed) adalah 0.000. Hasil analisa didapatkan ρ = 0,000 sehingga ρ = 0,000 < α = 0,05. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada hubungan antara self efficacy dengan kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo. Kekuatan korelasi (r) sebesar 0,595 menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara kedua variabel.

Pasien hipertensi dengan tingkat efikasi diri tinggi memiliki kemungkinan 11 kali lebih besar untuk menunjukkan kepatuhan yang baik terhadap pengobatan dibandingkan dengan mereka yang memiliki efikasi diri rendah. (Kawulusan et al., 2019). Individu dengan efikasi diri yang tinggi dapat memotivasi diri mereka untuk melakukan perilaku yang diinginkan melalui proses kognitif. Kemampuan ini memungkinkan mereka untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan dan memanfaatkan keterampilan pribadi mereka untuk menjaga kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fathurozak, 2021) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kepatuhan gaya hidup sehat pasien hipertensi di Desa Sridadi, dengan p value (0,000).

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.10 diatas menunjukkan bahwa kategori terbanyak yaitu dukungan keluarga kurang dan memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup (tidak patuh) sebanyak 14 responden (60,9%), dan terkecil yaitu kategori dukungan keluarga kurang dan memiliki tingkat kepatuhan (patuh) sebanyak 3 responden (13,0%). Berdasarkan hasil uji analisis dengan menggunakan uji Spearman Rank pada SPSS didapatkan hasil Sig.(2 tailed) adalah 0.006. Hasil analisa didapatkan ρ = 0,006 sehingga ρ = 0,006 < α = 0,05. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo. Kekuatan korelasi (r) sebesar 0,379 menunjukkan adanya korelasi yang cukup antara kedua variabel.

Hal ini juga di dukung oleh penelitian (Susanti, 2024) bahwa asupan tinggi natrium bisa menyebabkan peningkatan curah jantung, volume plasma, dan tekanan darah. Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan melebihi batas normal tubuh maka dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi. Tingginya asupan natrium dapat menyebabkan hipertropi sel adiposit karena akibat proses lipogenik pada jaringan lemak putih, jika secara terus menerus dapat menyebabkan penyempitan saluran pembuluh darah yang disebabkan oleh lemak dan akan mengakibatkan peningkatan pada tekanan darah.

4. KESIMPULAN

a. Self efficacy pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo mayoritas memiliki self efficacy rendah sebanyak 29 responden (55,8%).

ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
health research journal

b. Dukungan keluarga pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo paling banyak memiliki dukungan keluarga kurang sebanyak 23 responden (44,2%).
c. Kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo paling banyak tidak patuh terhadap gaya hidup sebanyak 22 responden (42,3%).
d. Terdapat hubungan antara self efficacy dengan kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo dengan $\rho = 0{,}000$ sehingga $\rho = 0{,}001 < \alpha = 0{,}05$.
e. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan gaya hidup pada pasien hipertensi di Balai Kekarantinaan Kesehatan Kelas I Probolinggo dengan $\rho = 0{,}006$ sehingga $\rho = 0{,}006 < \alpha = 0{,}05$.

DAFTAR PUSTAKA

Arini Nurhidayati, & Eska Dwi Prajayanti. (2024). Gambaran Efikasi Diri dalam Pengelolaan Hipertensi pada Lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri. Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran, 2(3), 219–227. https://doi.org/10.55606/termometer.v2i3.4127

Arsela, D. A. C. (2021). Hubungan Self Efficacy dengan Kualitas Hidup pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Siwalankerto Surabaya. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah.

Avelina, Y., & Natalia, I. Y. (2020). HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI YANG SEDANG MENJALANI PENGOBATAN HIPERTENSI DI DESA LENANDARETA WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAGA. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat, VII(1), 21–31. https://jkkmfikesunipa.nusanipa.ac.id/index.php/hlj-Unipa/article/view/36

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). Laporan SKI TEMATIK 2023. https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-tematik-ski/

Fatchanuraliyah, Subronto, Y. W., & Febrianora, M. (2024). Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024. Kementerian Kesehatan.

Fathurozak. (2021). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PASIEN HIPERTENSI DI DESA SRIDADI SKRIPSI. Universitas Muhammadiyah Gombong.

Hapsari, D. M. (2023). Skripsi Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuan Minum Obat dan Kejadian Kekambuhan pada Pasien Hipertensi di Klinik Al Syafi Winongan. Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo.

Izza, N. C. (2024). tHubungan Dukungan Keluargaerhadap Pemeliharaan Kesehatan pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Desa Liprak Kulon Kecamatan Banyuanyar Probolinggo [Universitas Hafshawaty Zainul Hasan probolinggo]. https://www.repository.unhasa.ac.id/index.php?keywords=&search=Pencari an

Khotimah, N. K. (2018). Model Peningkatan Kepatuhan gaya Hidup Sehat pada Pasien

ISSN : 0335-9999 (Online)
Vol 5 Nomor 3 Nopember 2026
PPNI KAB. PROBOLINGGO
Persatuan Perawat Nasional Indonesia Kabupaten Probolinggo
health research journal

Hipertensi Berbasis Social Cognitive Theory di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bima. Universitas Airlangga.

Nuraini, N., Salam, A. Y., & Ro'isah. (2023). HUBUNGAN HEALTH LOCUS OF CONTROL DENGAN KEPATUHAN MINUM OBAT PASIEN HIPERTENSI PESERTA PROLANIS DI PUSKESMAS KETAPANG KOTA PROBOLINGGO. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia, 2(10), 110. https://journal-mandiracendikia.com/jikmc

Nurfitasari, S., Handayani, L. T., & Asih, S. W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada Lansia Hipertensi. Jurnal Kesmas Asclepius, 5(2), 115–122. https://doi.org/10.31539/jka.v5i2.7915

Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Salemba Medika, 59(1).

Putri, C. A. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perawatan Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember. Universitas Jember.

Sandra, F. K. (2020). Gambaran Efikasi Diri pada Usia Lanjut Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Sukoharjo [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. https://eprints.ums.ac.id/83914/

Silvianah, A., & Indrawati. (2024). HUBUNGAN KEPATUHAN MINUM OBAT HIPERTENSI DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA. Jurnal Keperawatan, 4, 52–61.

Surya, A. E. (2024). Hubungan Efikasi Diri dan Motivasi dengan Kepatuhan Minum Obat pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Randuagung Kabupaten Lumajang [Universitas hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo]. https://www.repository.unhasa.ac.id/index.php?keywords=&search=Pencari an

Tasyabela, T. A. (2022). Hubungan Self Efficacy dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Klatak Banyuwangi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi.

Toulasik, Y. A. (2019). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Hipertensi di RSUD Prof dr. WZ. Johannes Kupang-NTT. Universitas Airlangga.

Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA. Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer, 1(2), https://jurnal.ikbis.ac.id/index.php/JPKK/article/view/272 75–82.

Wahyuningsih, W., & Arsi, A. A. (2021). Pengetahuan dan Perilaku Kesehatan Penderita Hipertensi Anggota Prolanis Puskesmas Jatinom Kabupaten Klaten. Solidarity, 1(10), https://journal.unnes.ac.id/sju/solidarity/article/view/48016 108–120.

Yudho, N. K. (2024, December 25). Kesehatan Jiwa Pada Penderita Hipertensi: Solusi Masa Kini. https://ayosehat.kemkes.go.id/kesehatan-jiwa-pada penderita-hipertensi-solusi-masa-kini#:~:text=Pengelolaan hipertensi dilakukan dengan pengobatan,yoga untuk membantu mengelola stres.