

## PENGARUH MOTIVASI TERHADAP KEPATUHAN DIET PASIEN HIPERTENSI USIA PRODUKTIF DI PUSKESMAS KRIAN SIDOARJO

Inike Kusuma Dewi<sup>1</sup>Eka Diah Kartiningrum<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Magister Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi

Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto

<sup>2</sup> Dosen Program Magister Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi

Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto

### ABSTRACT

*The incidence of hypertension in the productive age group in Indonesia is increasing. Treatment of hypertension in all age groups is generally carried out over a long period of time and is sustainable in addition to a regular diet and physical activity program. Many factors affect patient compliance in undergoing a hypertension diet, including motivation. The purpose of the study was to analyze the effect of motivation on dietary compliance of hypertensive patients of productive age at the Krian Sidoarjo Health Center.*

*This study used a cross sectional approach with a sample of 94 hypertensive patients of productive age (15-59 years) who visited the Krian Health Center. Samples were selected using simple random sampling technique. Data were collected using a questionnaire and then analyzed using the Logistic Regression test.*

*The results showed that self-motivation, the most dominant was poor with a frequency of 56 with a percentage of 59.6%, and good at 38 with a percentage of 40.4%. Self-motivation proved to be the most significant factor affecting dietary adherence, with a p value of 0.000 and an OR value of 20.56.*

*Self-motivation is a predictor in dietary adherence in patients with hypertension. The higher the motivation, the higher the patient's dietary adherence. Therefore, more effective interventions may need to combine increased self-motivation with more appropriate education and integrated support from various sources.*

**Keywords:** Hypertension, adherence, diet, self-motivation, productive.

### A. PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Hipertensi disebut “*silent killer*” karena pada tahap awal, kondisi ini jarang menimbulkan gejala dan banyak orang tidak terdiagnosis. Menurut Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Pengukuran tekanan darah pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun didapatkan dari 34 Propinsi di Indonesia, Jawa Timur menempati urutan ke-15 dengan prevalensi hipertensi sejumlah 105.380 penduduk (Praningsih, 2022).

Data entri kunjungan Pcare BPJS di puskesmas krian, kunjungan hipertensi mencapai 3700 pasien pada tahun 2022, meningkat di tahun 2023 kunjungan pasien hipertensi menjadi 4210 pasien, dimana 53,6% dari angkatersebut diderita oleh pasien pada usia produktif yaitu di rentang usia 20-60 tahun. Penyakit hipertensi menduduki peringkat kedua pada 10 penyakit terbanyak di puskesmas krian-sidoarjo. Hasil data wawancara yang dilakukan

peneliti pada terhadap 10 orang pasien hipertensi di rawat jalan Puskesmas Krian pada tanggal 2 – 4 November 2023 didapatkan 6 orang pasien mengatakan mereka tidak menjaga pola makan seperti sering mengonsumsi makanan yang berlemak, mengonsumsi gorengan, mengonsumsi daging, ikan asin, telur asin dan sangat jarang mengonsumsi buah dan sayur, 2 orang pasien mengatakan kadang-kadang pernah juga makan makanan yang berlemak sedangkan 2 orang pasien lagi mengatakan setelah mengetahui mengidap penyakit hipertensi mereka menghindari makanan-makanan yang dapat memicu kenaikan tekanan darah.

Penderita hipertensi sebaiknya patut menjalankan diet hipertensi agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Penderita hipertensi harus tetap menjalankan diet hipertensi setiap hari dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang timbul. Faktor kepatuhan diet merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Faktor lain yang mempengaruhi kepatuhan adalah motivasi. Motivasi menjadi faktor yang paling kuat, karena dengan keinginan untuk sembuh dan untuk menjaga kondisi tubuh tetap sehat akan berpengaruh terhadap penderita untuk mengontrol diri dalam berperilaku sehat (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas diketahui bahwa tingkat kejadian hipertensi pada usia produktif cukup tinggi di wilayah kerja Puskesmas Krian dan hal ini disebabkan oleh beberapa faktor. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Krian Sidoarjo..

## B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional. Observasional analitik atau survei analitik adalah survei atau penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan ini terjadi, kemudian melakukan analisis dinamik korelasi antara fenomena atau antar faktor risiko dengan faktor efek (Notoatmodjo, 2017). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu setiap objek diamati satu kali saja dan pengukuran dilakukan secara bersamaan (Notoatmodjo, 2017). Dalam penelitian *cross sectional* di mana variabel independen dan variabel dependen diukur dalam waktu bersamaan. Penelitian ini menggunakan *cross sectional* karena antar sebab dan akibat diukur pada waktu yang sama dan tidak diketahui sebab mendahului akibat atau sebaliknya.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang berobat di rawat jalan Puskesmas Krian pada Januari – Desember 2023 sebanyak 4210 pasien. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi usia produktif 15 – 59 tahun yang berkunjung ke Puskesmas Krian saat dilakukan penelitian. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling* dengan pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Pengolahan data menggunakan metode *editing, scoring entry, coding, cleaning dan tabuling*. Analisa data memakai uji regresi logistik

**C. HASIL PENELITIAN**

a. Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi

**Tabel 1. Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Usia Produktif Tahun 2024**

No	Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Patuh	21	22.3%
2	Patuh	73	77.7%
	Total	94	100%

Hasil pada tabel 1 dijelaskan bahwa sebagian besar pasien hipertensi usia produktif patuh dalam menjalani diet yakni sebanyak 73 orang (77,7%) sedangkan sisanya tidak patuh dalam menjalani diet hipertensi.

b. Motivasi Diri Penderita Hipertensi

**Tabel 2. Motivasi Diri Penderita Hipertensi Usia Produktif Tahun 2024**

No	Motivasi Diri	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang Baik	56	59.6%
2	Baik	38	40.4%
	Total	94	100%

Hasil pada tabel 2 dijelaskan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi yang kurang baik dalam menjalani diet hipertensi yakni sebanyak 56 orang (59,6%) sedangkan sisanya sudah memiliki motivasi diri yang baik.

c. Pengaruh Motivasi Diri Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Usia Produktif.

**Tabel 3. Pengaruh Motivasi Diri Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Usia Produktif Tahun 2024**

Motivasi diri Responden	Kepatuhan diet		Total	Hasil Uji Statistik
	Patuh	Tidak patuh		
Motivasi diri kurang baik	36 (64,3%)	20 (35,7%)	56 (59,6%)	Hasil uji regresi logistik: Chi Square= 17,617 P value= 0,000 Nagelkerke R square = 0,261 OR= 20,56
Motivasi diri baik	37 (97,4%)	1 (2,6%)	38 (40,4%)	

Tabel 4 menjelaskan bahwa sebagian besar responden yang memiliki motivasi kurang baik, patuh dalam menjalankan diet. Sedangkan responden yang motivasinya baik, hampir seluruhnya patuh dalam menjalankan program diet. Tapi responden yang tidak patuh didominasi oleh responden dengan motivasi diri yang kurang baik. Hasil uji regresi logistik menunjukkan p value 0,000 lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) sehingga  $H_0$  ditolak. Jadi ada pengaruh motivasi diri terhadap kepatuhan diet. Hasil

Nagelkerke R square menunjukkan 26,1 % kepatuhan ditentukan oleh motivasi diri dan sisanya 73,9% ditentukan oleh faktor yang lain. Nilai OR menjelaskan bahwa responden dengan motivasi diri yang baik 20,56 kali lebih patuh dalam menjalankan program diet dibandingkan yang motivasinya kurang baik.

#### D. PEMBAHASAN

Motivasi merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap kepatuhan pasien, semakin tinggi motivasi pasien maka semakin besar juga peluang untuk mematuhi diet yang dianjurkan. Motivasi diri tinggi lebih besar peluang untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan pada pasien dan pasien yang memiliki motivasi yang rendah maka akan lebih cenderung untuk mengabaikan anjuran diet yang diberikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan motivasi diri yang baik memiliki tingkat kepatuhan diet yang sangat tinggi (97,4%), dibandingkan dengan mereka yang memiliki motivasi diri kurang baik (64,3%). Ini menunjukkan bahwa motivasi diri yang kuat dapat secara signifikan meningkatkan kepatuhan terhadap diet. Hasil uji regresi logistik menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara motivasi diri dan kepatuhan diet, dengan Chi Square sebesar 17,617 dan P value sebesar 0,000. Hal ini mengindikasikan bahwa motivasi diri merupakan prediktor yang sangat kuat terhadap kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Nagelkerke R square sebesar 0,261 menunjukkan bahwa 26,1% variasi dalam kepatuhan diet dapat dijelaskan oleh motivasi diri, yang merupakan proporsi yang cukup signifikan. Nilai OR sebesar 20,56 menunjukkan bahwa responden dengan motivasi diri yang kurang baik memiliki kemungkinan 20,56 kali lebih rendah untuk patuh terhadap diet dibandingkan dengan mereka yang memiliki motivasi diri yang baik. Ini menunjukkan bahwa motivasi diri yang kuat dapat meningkatkan kepatuhan diet secara substansial.

Jenis kelamin pada penelitian ini lebih dominan ialah perempuan sebanyak 71 responden atau 75,5% yang dimana menurut Hooman, Salehi dan Arjmand (2018) menemukan bahwa perempuan memiliki motivasi lebih tinggi untuk maju dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Brouse, Basch, LeBlanc, McKnight dan Lei (2017) serta Roohi dan Sayesh (2018) juga menemukan bahwa perempuan lebih unggul dalam motivasi diri pada laki-laki. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa motivasi diri berpengaruh terhadap kepatuhan diet. Tingginya motivasi seseorang menunjukkan tingginya kebutuhan maupun dorongan responden untuk mencapai sebuah tujuan, banyaknya responden yang memiliki motivasi yang tinggi karena mereka terpacu ingin cepat sembuh dan mereka takut jika tidak ada keinginan untuk melakukan sesuatu untuk kepentingan diri sendiri maka akan terjadi sesuatu yang merugikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Pratama (2018), didapatkan hasil motivasi tinggi sebanyak 83 orang (85,6%).

Motivasi sangat berpengaruh terhadap kepatuhan seseorang dalam melakukan tindakan pengobatan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Delima Sari (2018), menyatakan Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden penderita hipertensi sebagian besar memiliki motivasi diri yang tinggi yaitu sebanyak 53 orang (100,0%). Penelitian yang menunjukkan hasil yang sama juga adalah penelitian yang dilakukan oleh Risty dan Isnaini (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Motivasi dan kepatuhan Diet, dengan hasil penyandang DM mematuhi diet yang diberikan karena memiliki motivasi yang baik dan yang tidak memiliki motivasi yang baik maka

tidak akan mematuhi anjuran diet yang diberikan. Penelitian lain juga yang telah dilakukan oleh Muslihatin dan Komala (2016) menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet, dengan hasil semakin besar motivasi yang dimiliki seseorang maka semakin besar juga kepatuhan diet yang akan dimiliki. Sebaliknya semakin rendah motivasi yang dimiliki maka akan semakin sedikit peluang untuk mematuhi diet DM. Motivasi diri terbukti menjadi faktor penentu yang sangat penting dalam kepatuhan diet pada penderita hipertensi usia produktif. Dengan motivasi diri yang tinggi, individu lebih mungkin untuk mematuhi rekomendasi diet yang diberikan, yang pada akhirnya dapat membantu dalam pengelolaan tekanan darah dan pencegahan komplikasi terkait hipertensi. Dalam realitas sehari-hari, motivasi diri sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti stres pekerjaan, dukungan keluarga, dan kondisi kesehatan mental. Meski data menunjukkan hubungan yang kuat antara motivasi diri yang tinggi dan kepatuhan diet, ini tidak selamanya mencerminkan kenyataan bahwa individu dengan motivasi diri yang tinggi mungkin masih menghadapi tantangan dalam mematuhi diet karena tekanan eksternal atau kebiasaan lama. Meskipun motivasi diri terbukti sebagai prediktor kuat, faktor-faktor lain seperti akses terhadap makanan sehat, pengetahuan tentang diet, dan kondisi ekonomi juga berperan besar. Seseorang dengan motivasi tinggi mungkin masih kesulitan mematuhi diet jika tidak didukung oleh akses yang memadai terhadap sumber daya atau lingkungan yang mendukung. Walaupun motivasi diri sangat penting, kesuksesan dalam kepatuhan diet sering kali bergantung pada dukungan lingkungan dan akses terhadap sumber daya. Intervensi yang berhasil perlu mempertimbangkan konteks kehidupan sehari-hari dan tantangan yang dihadapi oleh individu, bukan hanya berfokus pada peningkatan motivasi diri saja.

## E. PENUTUP

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan masalah hipertensi tidak hanya terjadi pada kelompok usia tertentu. Sebagian besar responden tidak bekerja, kemungkinan karena usia pensiun atau faktor-faktor lain. Tingkat pendidikan responden bervariasi, dengan mayoritas berpendidikan SD dan SMP. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak selamanya menjadi penentu dalam kepatuhan pada pengobatan. Pengetahuan saja tidak cukup untuk memastikan kepatuhan diet. Individu dengan motivasi yang tinggi cenderung lebih konsisten dalam mengikuti program diet namun, perlu diingat bahwa dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, tidak hanya keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Erlyawati, N. K. D., Kartiningrum, E. D., Sudiyanto, H., & Mahmudah, R. L. (2023). Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalani Penatalaksanaan Pengobatan Di UPTD Puskesmas Sukawati II Gianyar Bali. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 15(1), 39-51.,
- Friandi, R. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kemantan Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 1(2), 61-68.

- Guidelines On Self-Efficacy of Patients with Hypertension. International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences.* 2015;4(3).p.244-263
- H. Hernawan. (2012) Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Hipertensi dengan Sikap Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Andong Kabupaten Boyolali. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.* dalam <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/3674>
- Indrawan adhitomo (2014) Hubungan antara pendapatan, [endidikan, dan aktivitas fisik pasien dengan kejadian hipertensi. Disertasi Unitomo. dalam <https://digilib.ums.ac.id/dokumen/detail/42071>
- Mawanti, D. A. A. (2020). *Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi Usia Produktif Di Desa Karangsono Kecamatan Barat Kabupaten Magetan* (Doctoral dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun).
- Mershal, FA (2015) *Original Research Article: Effect of Evidence Based Lifestyle*
- Notoadmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Novian, A. (2014). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi (Studi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013). *Unnes Journal of Public Health*, 3(3).
- Novian, A. (2014). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi (Studi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013). *Unnes Journal of Public Health*, 3(3). <https://doi.org/10.15294/ujph.v3i3.3536>
- Rery, T., Nur, H., Samodro, F., Ridho, R., Baihakhi, A., (2017) Hubungan Tingkat Stres dan Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dau. Tugas Akhir. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. Kota Malang
- Riskesdas. (2013). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013.* Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Runtukahu, R. F., Rompas, S., & Pondaag, L. (2015). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wolaang Kecamatan Langowan Timur. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Runtukahu, R. F., Rompas, S., & Pondaag, L. (2015). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wolaang Kecamatan Langowan Timur. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Saida, S. (2014). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rarowatu Utara Kab. Bombana Tahun 2011. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 08-18.
- Sastroasmoro S, Ismael S. (2018). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis*, Edisi ke-4. Jakarta: Sagung Seto. hlm 104-85
- Sembiring (2015) Kuesioner kepatuhan diet rendah garam dengan menggunakan dietary salt reduction selfcare behavior scale (DRSCB scale). dalam <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24951525/&ved=2ahUKEwi-tNHXIYqIAxU5-jgGHXa2PRUQFnoECBQQAQ&usq=AOvVaw1nmRZZbjOsdpCffBHvWXpw>
- Setiadi, (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan.* Graha Ilmu: Yogyakarta
- Setianingsih, D. R. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia (Studi Di Dusun Mojongapit Desa Mojongapit Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang)* (Doctoral dissertation, STIKES Insan Cendekia Medika Jombang)

Singh, S., Shankar, R., & Singh, G. P. (2017). Prevalence and Associated Risk Factors of Hypertension: A Cross- Sectional Study in Urban Varanasi. *International journal of hypertension*, 2017(1), 5491838.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta

Utari, M. (2017). Dukungan Keluarga tentang Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia Di Puskesmas Pembantu Kelurahan Persiakan Tebing Tinggi. dalam <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/1494>

Wibrata, D. A., Fadilah, N., Wijayanti, D., & Kholifah, S. N. (2023). Persepsi tentang faktor yang mempengaruhi perilaku kepatuhan pada klien hipertensi. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(2), 135-140