

Gambaran *Self Efficacy* Pada Pasien Hipertensi: *Literature Review*

Dian Ayu Pertiwinigrum^{1*}, Aisyah Dzil Kamalah²

^{1,2} Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

*email: dianayu0204@gmail.com

Abstract

Hypertension is a degenerative disease. Around 1.13 billion people in the world have hypertension. In Indonesia, for example, there is 34.1% of the total population who have hypertension in 2018. There are two treatments for hypertension, pharmacological and non-pharmacological. In carrying out this therapy, hypertensive patients need strong self-efficacy in controlling hypertension. Self-efficacy is a person's belief to perform a given task and successfully achieve the goal. This study aimed to determine the description of self-efficacy in hypertension patients. The study used a literature review method. The databases used for article search were PubMed and Science Direct. There were five articles selected based on predetermined inclusion and exclusion criteria. Then, those articles were synthesized using the Hawker critical analysis instrument. The total number of respondents was 1439. The results showed that the self-efficacy in patients with hypertension with high self-efficacy in 3 articles were 526 respondents with a mean value of 60.41 ± 11.97 . Meanwhile, moderate self-efficacy in articles 1 & 2 with 516 & 397 respondents with a mean value of 60.40 ± 1.40 and 39.78 ± 10.59 stated in each article. The five articles showed that most of the hypertension sufferers were at a high level of self-efficacy and still controlling hypertension.

Keywords : hypertension, literature review, self efficacy

Abstrak

Hipertensi adalah salah satu penyakit degeneratif. Sekitar 1,13 milyar orang di dunia mempunyai penyakit hipertensi, di Indonesia sebesar 34,11% dari jumlah penduduk pada tahun 2018. Penatalaksanaan hipertensi terdapat dua terapi, farmakologi dan non farmakologi, dalam menjalankan terapi tersebut pasien hipertensi membutuhkan *self efficacy* yang kuat dalam mengontrol hipertensi, dimana *self efficacy* merupakan kemampuan atau keyakinan seseorang dalam melaksanakan tugas dengan hasil akhir tercapai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self efficacy* pada pasien hipertensi. Penelitian menggunakan metode *literature review*. *Database* yang digunakan untuk pencarian artikel adalah Pubmed dan Science Direct. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Hasil penelusuran didapatkan sebanyak 5 artikel dan kemudian disintesis menggunakan Instrumen telaah kritis Hawker. Dari 5 artikel yang ditelaah terdapat hasil *self efficacy* pada penderita hipertensi dengan jumlah seluruh responden 1439 orang, dengan *self efficacy* tinggi pada 3 artikel dengan jumlah responden 526 orang dengan nilai mean $60,41 \pm 11,97$. *Self efficacy* sedang pada artikel 1 & 2 dengan jumlah responden 516 & 397 orang dengan nilai mean $60,40 \pm 1,40$ dan $39,78 \pm 10,59$ pada masing-masing artikel. Kelima artikel tersebut menunjukkan penderita hipertensi rata-rata mempunyai *self efficacy* tinggi dan sedang dalam mengontrol hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, literature review, self efficacy

1. Pendahuluan

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan dalam tekanan darah diatas normal, biasanya ditunjukan oleh angka-angka sistolik dan diastolik pada pemeriksaan tekanan darah (Pudiastuti, 2019). Menurut WHO, sekitar 1,13 milyar orang di seluruh dunia mempunyai penyakit hipertensi, dimana satu dari lima orang mengidap hipertensi dan biasanya lebih menyerang pada negara berpenghasilan rendah dan menengah. Masalah ini kemungkinan akan meningkat di tahun 2025 dan beberapa negara akan menetapkan target dalam pengurangan prevalensi tekanan darah tinggi sekitar 25% dari prevalensi (WHO, 2020).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 34,11% dari jumlah penduduk di Indonesia. Dengan prevalensi hipertensi orang yang berusia 18-24 tahun sebesar 13,2%, pada umur 25-34 tahun sebesar 20,1%, pada umur 35-44 tahun sebesar 31,6%, pada umur 45-54 tahun 45,3%, umur 55-64 tahun sebesar 55,2%, pada umur 65-74% sebesar 63,2% dan mengalami peningkatan pada umur >75 tahun sebesar 69,53% (KemenKes RI, 2019). Prevalensi hipertensi pada Provinsi Jawa Tengah dan Pekalongan menurut Kabupaten/Kota Provinsi Jawa Tengah, Riskesdas 2018 sebesar 37,57% di Jawa Tengah dan 36,04% di Pekalongan (Kemenkes RI Riskesdas, 2019).

Banyaknya prevalensi pada penderita hipertensi disebabkan karena adanya beberapa faktor yang dapat menimbulkan hipertensi, diantaranya faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang dapat dikontrol seperti obesitas, kurang olahraga, konsumsi garam berlebih, merokok dan mengkonsumsi alkohol, serta stres. Sedangkan faktor yang tidak dapat dikontrol yaitu keturunan (genetika), jenis kelamin, dan umur (Suirakka, 2017). Dari beberapa faktor yang menyebabkan hipertensi akan berdampak pada fisik dan psikologis penderitanya. Dampak fisik yang akan berisiko terjadi karena peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama yaitu mengalami kerusakan pada ginjal seperti gagal ginjal, kerusakan otak seperti stroke, dan penyakit jantung coroner apabila tidak dideteksi sejak dini dan mendapatkan pengobatan yang memadai (Kumala, 2017). Adapun dampak psikologis yang dapat terjadi adalah penderita akan mengalami kecemasan dan depresi, hal ini terjadi sebagai reaksi karena pengobatan yang lama dan ancaman komplikasi yang mungkin terjadi (Slametiningsih, 2017).

Penatalaksanaan hipertensi terdapat dua terapi, yaitu terapi non farmakologi dan terapi farmakologi, dimana terapi farmakologi biasanya pasien diberikan obat antihipertensi yang harus diminum seumur hidup. Terapi farmakologi membutuhkan waktu yang lama dan biasanya hal ini mempengaruhi kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat karena pasien akan merasakan jenuh, bosan, dan juga putus asa (Robiyanto, dkk, 2016). Pada terapi non farmakologi dilakukan dengan mengurangi berat badan serta membatasi asupan garam, menjalani gaya hidup sehat dengan berhenti merokok dan tidak meminum alkohol, dan melakukan aktivitas fisik (Pudiastuti, 2019).

Perubahan gaya hidup pasien hipertensi membutuhkan *self efficacy* yang kuat (Mulyana, dkk. 2019). Dimana sesuai dengan penelitian yang diteliti oleh Tantri Puspita, Ernawati, dan Dadang Rismawan (2019) dengan judul Hubungan Efikasi Diri

dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi, dengan responden sebanyak 155 orang penderita hipertensi dan diperoleh hasil data dalam kategori *Self efficacy* tinggi sebanyak 95 responden (61,3%), dan *Self efficacy* rendah sebanyak 60 responden (38,7%), sehingga dapat diketahui bahwa *self efficacy* pada penelitian ini mayoritas responden mempunyai *self efficacy* tinggi (Puspita, T., dkk. 2019).

Self efficacy merupakan keyakinan pada diri sendiri bahwa dia memiliki kemampuan dalam melaksanakan langkah-langkah kerja yang diperlukan, mampu dalam membuat langkah inisiatif, mampu dalam mengatasi hambatan, dengan hasil akhir yang tercapai (Muhadjir, 2013). Pada orang yang menderita hipertensi yang memiliki keyakinan kuat pada dirinya terhadap kemampuan dalam melakukan perawatan diri, akan dapat melaksanakan tugasnya secara berhasil (Harsono, 2017). Tingginya *Self efficacy* tidak lepas dari adanya beberapa faktor yang mempengaruhinya, seperti budaya, jenis kelamin, sifat dari tugas yang dihadapi, intensif eksternal, status atau peran individu dalam lingkungan, dan informasi tentang kemampuan diri (Manuntung, 2018).

Dari hasil pembahasan tersebut, maka peneliti ingin mengetahui gambaran *Self efficacy* pada pasien hipertensi.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode literature review yaitu melakukan proses pencarian mendalam mengenai informasi terpublikasi dalam suatu topic. Proses pencarian menggunakan database PubMed dan Science Direct. Kata kunci yang digunakan pada database PubMed "self efficacy AND high blood pressure OR hypertension" dengan hasil yang diperoleh adalah 461 artikel, dari hasil tersebut kemudian dilakukan identifikasi artikel dalam kriteria inklusi dan diperoleh 2 artikel. Pada database kedua yaitu Science Direct "Self Efficacy AND hypertension" dengan hasil yang diperoleh adalah 19.009 artikel, dari hasil tersebut kemudian dilakukan identifikasi artikel dalam kriteria inklusi dan diperoleh 3 artikel. Sehingga didapatkan 5 artikel yang masuk dalam kategori kriteria inklusi.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Karakteristik responden

Tabel 3.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Penulis	Tahun	Jenis Kelamin				Total	
		Perempuan		Laki-laki			
		N	%	N	%	N	%
Qinghua Zhang, dkk	2021	277	53,68	239	46,32	516	100
Rabia H.A., dkk	2020	264	66,5	133	33,5	397	100
Gulcan B.T., dkk	2018	152	58,7	107	41,3	259	100
Selma B. & Hulya F.K.	2018	98	66,7	49	33,3	147	100
Mukadder M., dkk	2015	94	78,3	26	21,7	120	100
Jumlah		885	61,50	554	38,50	1439	100

Hasil dari analisis karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, dari 5 artikel tersebut dengan total responden 1439 orang diperoleh data, jenis kelamin

perempuan sebanyak 885 responden (61,50%), sedangkan laki-laki sebanyak 554 responden (38,50%). Maka dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada jenis kelamin laki-laki.

Tabel 3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Artikel 1

Usia	N	%
<50 th	130	25,19
50-60 th	138	26,75
60-70 th	148	28,68
≥79 th	100	19,38
Total	516	100

Tabel 3.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Artikel 2

Usia	N	%
37-50 th	56	14,1
51-64 th	162	40,8
65 th-Lansia	179	45,1
Total	397	100

Tabel 3.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Artikel 3

Usia	N	%
30-45 th	14	5,4
46-60 th	75	29
61-75 th	125	48,3
76-90 th	45	17,4
Total	259	100

Tabel 3.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Artikel 4

Usia	N	%
27-45 th	27	18,4
46-60 th	55	37,4
61 th-Lansia	65	44,2
Total	147	100

Tabel 3.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Artikel 5

Usia	N	%
35-54 th	42	35
≥55 th	78	65
Total	120	100

Berdasarkan hasil dari analisis karakteristik responden berdasarkan usia ke 5 artikel tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa usia ≥ 60 tahun lebih banyak orang yang menderita hipertensi.

Tabel 3.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Penulis	Thn	Pendidikan										Total	
		Buta Huruf		Tdk Buta Huruf		SD		Sekolah Menengah		PT			
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Qinghua Zhang, dkk	2021	NM	NM	NM	NM	NM	NM	516	100	NM	NM	516	100
Rabia H.A., dkk	2020	118	29,7	79	19,9	125	31,5	57	14,4	18	4,5	397	100
Gulcan B.T., dkk	2018	97	37,5	32	12,4	99	38,2	21	8,1	10	3,9	259	100
Selma B. & Hulya F.K.	2018	NM	NM	22	15,0	67	45,6	48	32,6	10	6,8	147	100
Mukadder M., dkk	2015	NM	NM	74	61,7	NM	NM	46	38,3	NM	NM	120	100
Jumlah		215	1,94	207	14,3	291	20,2	688	47,81	38	2,6	1439	100
					8		3				4		

(NM : not mention on article, PS: Pasca Sarjana)

Hasil dari analisis karakteristik responden berdasarkan pendidikan, dari 5 artikel tersebut diperoleh data, buta huruf 215 responden (14,94%), tdk buta huruf 207 responden (14,38%), SD sebanyak 291 responden (20,23%), Sekolah Menengah sebanyak 688 responden (47,81%), dan PT sebanyak 38 responden (2,64%). Maka dapat disimpulkan bahwa responden dengan pendidikan sekolah menengah lebih banyak dan yang PT yang paling sedikit.

Tabel 3.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan

Penulis	Tahun	Status Pernikahan				Total	
		Berpasangan		Tdk berpasangan			
		N	%	N	%	N	%
Qinghua Zhang, dkk	2021	431	83,53	85	16,47	516	100
Rabia H.A., dkk	2020	294	74,1	103	25,9	397	100
Gulcan B.T., dkk	2018	238	91,9	21	8,1	259	100
Selma B. & Hulya F.K.	2018	123	83,7	24	16,3	147	100
Mukadder M., dkk	2015	76	63,3	44	36,7	120	100
Jumlah		1162	80,75	277	19,25	1439	100

Hasil dari analisis karakteristik responden berdasarkan status pernikahan, dari 5 artikel tersebut diperoleh data kategori berpasangan sebanyak 1162 responden (80,75%), dan kategori tidak berpasangan (janda, duda, belum menikah, dan bercerai) sebanyak 277 responden (19,25%). Maka dapat disimpulkan bahwa responden yang status pernikahan berpasangan lebih banyak dibandingkan dengan status pernikahan tidak berpasangan.

2. Gambaran self efficacy

Tabel 3.9 gambaran Self Efficacy Penderita Hipertensi

Penulis	Tahun	Mean	Keterangan
Qinghua Zhang, dkk	2021	6,40±1,40	Dalam penelitian ini menggunakan instrument SECD-6 items dengan skor kurang dari 4,0 menunjukkan efikasi diri rendah, skor 4-7,9 efikasi diri sedang, dan skor lebih dari 8,0 efikasi diri tinggi, didapatkan nilai mean 6,40±1,40 maka termasuk dalam <i>self efficacy</i> sedang.

Rabia H.A., dkk	2020	39,78±10,59	Dalam penelitian ini menggunakan instrument MASES-SF dengan skor terendah 13 dan tertinggi 52. Dan didapatkan nilai mean 39,78±10,59 maka termasuk dalam <i>self efficacy</i> sedang.
Gulcan B.T., dkk	2018	60,41±11,97	Dalam penelitian ini menggunakan instrument MASES dengan skor terendah 26 dan tertinggi 78, menggunakan tehnik <i>cut of point</i> dengan rentang nilai rendah <32,5 <tinggi. didapatkan nilai mean 60,41±11,97 maka termasuk dalam <i>self efficacy</i> tinggi.
Selma B. & Hulya F.K.	2018		
Mukadder M., dkk	2015		

Hasil analisis ke-5 artikel dalam pengukuran *self efficacy* pada penderita hipertensi diperoleh data, dengan *self efficacy* tinggi pada artikel Gulcan B.T., dkk (2018), artikel Selma B. & Hulya F. (2018), dan artikel Mukadder M., dkk (2015) dengan nilai mean 60,41±11,97 dengan jumlah responden 526 orang, dengan menggunakan tehnik Xgab.

Self efficacy sedang pada artikel Qinghua Zhang, dkk (2021) dan artikel Rabia H.A., dkk (2020) dengan nilai mean 6,40±1,40 dan 39,78±10,59 masing-masing artikel dengan jumlah responden 913 orang. Maka dapat disimpulkan bahwa responden yang menderita hipertensi mempunyai *self efficacy* yang sedang.

Pembahasan

1. Karakteristik responden

Hasil *literature review* data karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin diperoleh data perempuan yang lebih dominan, Hal ini sejalan dengan penelitian Lilies Sundari & Merah, B. (2015) dengan hasil penelitian dari 155 responden didapatkan data jenis kelamin perempuan sebanyak 94 orang (60,6%), dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 61 orang (39,4%). Perempuan mempunyai hormon esteroge yang berperan dalam proteksi tekanan darah istirahat karena adanya aktivitas saraf simpatis otot. Pada perempuan yang berusia >40 tahun, produksi hormone esterogen mulai menurun, sehingga perlindungan terhadap tekanan darah ketika ada aktivitas saraf simpatis berkurang dan memicu terjadinya hipertensi (Sukmaningsih, dkk. 2020).

Hasil *literature review* data karakteristik responden berdasarkan usia diperoleh data bahwa yang lebih banyak adalah usia ≥60 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian Fitri Suciana, Nur Wulan A., & Mifta Zakiatul (2020) dengan hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan umur yaitu dengan rata-rata 62,41 yang artinya responden berumur lebih dari 60 tahun, dimana pada umur tersebut memiliki tekanan darah yang lebih besar (Suciana, Fitri, dkk, 2020). Terjadinya hipertensi akan terus meningkat seiring bertambahnya usia karena terjadinya penyempitan lumen dan kakunya dinding pembuluh darah (Sartik, et al, 2017 dalam Sandra, Ferra, 2020).

Hasil *literature review* data karakteristik responden berdasarkan pendidikan diperoleh data yang lebih banyak pada Sekolah Menengah. Hal ini sejalan dengan penelitian Sang Ayu Kadek Sukmaningsih, dkk (2020) dengan hasil penelitian dari 56 responden, yang memiliki riwayat pendidikan sekolah menengah sebanyak 34 orang (60,7%). Tingkat pendidikan mempunyai pengaruh terhadap kepatuhan dalam menjalani pengobatan hipertensi, dimana semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan yang didapatkan semakin banyak dan memudahkan dalam menerima informasi mengenai kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan khususnya mengenai penyakit hipertensi dan kepatuhan dalam mengontrol hipertensi (Sukmaningsih, dkk. 2020).

Hasil *literature review* data karakteristik responden berdasarkan status pernikahan yang paling banyak yaitu menikah. Hal ini sejalan dengan penelitian Emerson E. Ea, *et al* (2018) dengan hasil yang diperoleh dari 125 responden dengan karakteristik status pernikahan kategori menikah sebanyak 96 responden (58,9%). Orang yang sudah menikah pola makan dan kejiwaannya stabil, namun gaya hidup dan tekanan sosial dapat meningkatkan tekanan darah, hal ini dikarenakan ketika seseorang sudah menikah akan bertanggung jawab pada keluarga dan lingkungannya dan banyaknya masalah dapat menyebabkan stress dan tekanan darah naik (Sandra, Ferra K., 2020).

2. Gambaran self efficacy penderita hipertensi

Tingginya *self efficacy* berdasarkan pengalaman-pengalaman yang dimiliki seseorang terhadap penyakit yang dideritanya, jika pengalaman sebelumnya gagal dalam mengelola penyakit, maka akan menumbuhkan *self efficacy* yang tinggi dari pengalaman kegagalan tersebut, dan berdasarkan mengamati pencapaian orang lain, jika menurutnya orang lain bisa dalam mengatur dirinya tetap sehat padahal menderita penyakit yang sama, maka akan menimbulkan keyakinan dalam dirinya bahwa sanggup atau bisa melakukan hal yang orang lain lakukan. Kemudian berdasarkan kondisi fisik dan emosi, biasanya jika kondisi fisik seseorang masih mampu akan meningkatkan *self efficacy* pada dirinya, sebaliknya jika kondisi fisiknya lemah akan menurunkan tingkat *self efficacy* nya (Feist J. & Gregory, 2010).

Hal ini sejalan dengan penelitian Kevin B. Kawulusan, dkk (2019) dengan hasil yang diperoleh dari 85 responden sebagian besar memiliki *self efficacy* tinggi yaitu 66 orang (77,6%), sedangkan untuk *self efficacy* rendah sebanyak 19 orang (22,4%). Dalam penelitian tersebut *self efficacy* yang tinggi pada seorang penderita hipertensi karena adanya pengalaman kekambuhan terhadap hipertensi pada saat penderita tidak menjalankan pengobatannya yang sesuai dengan anjuran medis. Pengalaman terhadap kekambuhannya merupakan suatu kegagalan yang dijadikan sebagai bahan evaluasi bahwa kegagalan yang dialami akibat dari ketidakpatuhan terhadap pengobatan, maka dari itu penderita yakin bahwa kepatuhan pengobatan akan terhindar dari kekambuhan dan sebuah resiko terjadinya penyakit yang lebih serius (Kawulusan, K.B., dkk. 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Ellia Ariesti dan Yafet Pradikata P (2018) dengan hasil yang diperoleh dari 100 responden sebagian besar memiliki *self*

efficacy sedang yaitu 73 orang (73%), sedangkan untuk *self efficacy* tinggi sebanyak 27 orang (27%), dan *self efficacy* rendah 0 orang (0%). Hal ini dikarenakan dari data umum responden lama menderita hipertensi masih dibawah 5 tahun, dan semua responden tidak ada komplikasi dari hipertensi walaupun sebagian besar sudah mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan (Ariesti E., & Yafet, 2018).

Menurut Bandura (1995) efikasi diri merupakan keyakinan seseorang atas kemampuan terhadap perubahan dirinya dalam mengubah kebiasaan kesehatannya yang merugikan. Tingkat efikasi diri sering diidentifikasi sebagai fakto yang mempengaruhi dalam perawatan diri seperti pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan istirahat (Lee, et al, 2010 dalam Riswandani, R.A., & Estriana M.S., 2018).

4. Kesimpulan

Dari hasil penelitian *literature review* ini dapat disimpulkan, bahwa karakteristik responden yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak, yaitu 885 responden (61,48%). Karakteristik responden berdasarkan usia diperoleh simpulan yang paling banyak usia ≥ 60 tahun. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan Sekolah Menengah sebanyak 688 responden (47,78%). Karakteristik responden berdasarkan status pernikahan yang paling banyak yaitu menikah dengan jumlah 1162 responden (80,73%).

Gambaran *self efficacy* dari analisis ke-5 artikel dalam pengukuran *self efficacy* pada penderita hipertensi diperoleh data, *self efficacy* tinggi dengan jumlah responden 526 orang dengan nilai mean $60,41 \pm 11,97$. *Self efficacy* sedang dengan jumlah responden 516 & 397 orang dengan nilai mean $6,40 \pm 1,40$ dan $39,78 \pm 10,59$. Maka dapat disimpulkan bahwa responden yang menderita hipertensi mempunyai *self efficacy* tinggi dan sedang.

Referensi

- [1] Ariesti, E., & Yafet Pradikata P. 2018. *Hubunga Self Efficacy dengan Tingkat Kepatuhan Pengobatan Hipertensi di Puskesmas Bareng Kota Malang*. Jurnal Keperawatan Malang (JKM), Vol. 3 No.1, Juni 2018 39-44.
- [2] Ea, Emerson, E., Alison Colbert, Melani Turk, & Victoria Vaughan Dickson. 2018. *Self-Care Among Filipinos in the United States Who have Hypertension*. Now York University Rory Meyers Collage of Nursing, 433 First Avenue, New York, NY 10010, United States.
- [3] Feist, J. & Gregory J. Feits. 2010. *Teori Kepribadian Edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika
- [4] Harsono, J. 2017. *Hubungan Efikasi diri dengan Management Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi di Desa Pringapus Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang*. Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
- [5] Kawuluan, Kevin B., dkk. 2019. *Hubungan Self Efficacy dengan Kepatuhan Minum obat Hipertensi di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado*. E-journal Keperawatan Volume 7 Nomer 1, Mei 2019.

- [6] Kementrian Kesehatan RI. 2019. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- [7] Kementrian Kesehatan RI. 2019. *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- [8] Kumala, Olivia Dwi. 2017. *Efektifitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi*. PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 4 Nomor 1 2017: 55-66.
- [9] Manuntung, Alfeus. 2018. *Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Medika.
- [10] Muhadjir, Noeng. 2013. *Psikologi Positif Pemodelan The High Talented for The Normal People*. Yogyakarta: Rake Sarasin.
- [11] Mulyana, Hilman, dkk. 2019. *Gambaran Self Efficacy Penderita Hipertensi Disalah Satu Puskesmas di Kota Bandug*. Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia Vol 15 No 1.
- [12] Pudiastuti, Ratna Dewi. 2019. *Penyakit Pemicu Stroke (Dilengkapi dengan Posyandu Lansia dan Posbindu PTM)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [13] Puspita, T., Ernawati, dan Dadang Rismawan. 2019. *Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi*. Jurnal Kesehatan Indra Husada Vol 7 No 1 Tahun 2019.
- [14] Riswandani, Rizky A., & Estriana Murni Setiawan. 2019. *Hubungan Efikasi Diri dengan Self Care pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman Yogyakarta*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- [15] Robiyanto, P., dkk. 2016. *Uji Validitas Instrumen b-ipq Versi Indonesia pada Pasien Hipertensi di Indonesia RSUD Sultan Syarif Mohamad Alkadrie Pontianak*. Social Clinical Pharmacy Indonesia Journal. I (I).
- [16] Sandra, Ferra Kumala. 2020. *Gambaran Efikasi Diri Pada Usia Lanjut Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Sukoharjo*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- [17] Suciana, Fitri, Nur Wulan Agustina, & Mifta Zakiatul. 2020. *Korelasi Lama Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi*. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Vol 9, No. 2, Oktober 2020.
- [18] Suiraoka. 2017. *Penyakit Degeneratif Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [19] Sukmaningsih, Sang Ayu Kadek, dkk. 2020. *Hubungan Self Efficacy dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tejakula 1*. Jurnal Kesehatan MIDWINERSLION Vol 5 No 2, September 2020.
- [20] Sundari, Lilies, & Merah Bangsawan. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi*. Jurnal Keperawatan Volume XI No 12, Oktober 2015.
- [21] WHO. 2020. *Improving Hypertension Control in 3 Million People Country Experiences of Programme Development and Implementatio*. USA: Department of NCD.