

HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN MANAJEMEN DIRI PADA PASIEN HIPERTENSI

Ni Made Karina Wirapradnyani*¹, Gusti Ayu Ary Antari¹, Desak Made Widyanthari¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: aryantari@unud.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat meningkatkan risiko penyakit lainnya, seperti penyakit kardiovaskuler dan serebrovaskuler. Salah satu kunci keberhasilan kontrol hipertensi adalah melakukan manajemen diri. Pelaksanaan manajemen diri yang optimal memerlukan adanya motivasi diri untuk mempertahankan perilaku patuh sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi diri dengan manajemen diri hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelatif dengan desain *cross sectional* pada 75 pasien hipertensi yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu *Hypertension Self-Care Profile* (HBP-SCP) *Motivation Scale* dan *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ). Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata skor motivasi diri adalah 60,32 (SD = 60,32) dengan mayoritas responden memiliki motivasi diri tinggi (52%). Rata-rata skor manajemen diri adalah 95,32 (SD=10,053) dengan mayoritas responden memiliki manajemen diri baik (56%). Berdasarkan hasil analisis, didapatkan hubungan positif lemah antara motivasi diri dengan manajemen diri pada pasien hipertensi ($p\text{-value} = 0,005$; $r = 0,320$; $\alpha = 0,05$). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dalam pengembangan program inovasi untuk meningkatkan motivasi diri pada pasien hipertensi dalam menerapkan perilaku manajemen diri hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, manajemen diri hipertensi, motivasi diri

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that can increase the risk of other diseases, such as cardiovascular and cerebrovascular diseases. One of the keys to successful hypertension control is self-management. Implementation of optimal self-management requires self-motivation to maintain obedient behavior so as to improve quality of life. The purpose of this study was to determine the relationship between self-motivation and self-management of hypertension. This research is a correlative descriptive study with a cross-sectional design on 75 hypertensive patients selected through a purposive sampling technique. The research instruments used were the Hypertension self-care profile (HBP-SCP) Motivation Scale and the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ). The results of this study show that the average score of self-motivation is 60,32 (SD = 60,32) with the majority of respondents having high self-motivation (52%). The average self-management score was 95,32 (SD=10,053) with the majority of respondents having good self-management (56%). Based on the results of the analysis, a weak positive relationship was found between self-motivation and self-management in hypertensive patients ($p\text{-value} = 0,005$; $r = 0,320$; $\alpha = 0,05$). The results of this study are expected to become basic data in the development of an innovation program to increase self-motivation in hypertensive patients in implementing hypertension self-management behavior.

Keywords: hypertension, hypertension self-management, self-motivation

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah mencapai 140/90 mmHg atau lebih tinggi yang terjadi secara persisten. Hipertensi menjadi kondisi kesehatan yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler, serebrovaskuler, penyakit ginjal, dan lainnya. Selain itu, hipertensi diketahui menjadi penyebab utama kematian prematur di seluruh dunia. Secara global, prevalensi hipertensi diestimasikan mencapai 1,28 juta orang dewasa pada usia 30-79 tahun. Kondisi ini mungkin akan terus meningkat. Lebih parahnya, hanya sekitar satu dari 5 pasien hipertensi yang mampu mengontrol hipertensinya dengan manajemen diri yang baik (WHO, 2023; Zhou *et al.*, 2021).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 34,1% (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Data Dinas Kesehatan Kota Denpasar (2022) mencatat prevalensi hipertensi di wilayah Provinsi Bali mencapai 555.184 kasus dengan Kota Denpasar yang menduduki peringkat pertama yaitu sebanyak 126.830 kasus. Peningkatan kasus yang paling signifikan di Kota Denpasar tahun 2020-2021 berada di Puskesmas I Denpasar Utara, yaitu dari 9.941 menjadi 10.438 kasus (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2021; Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2022).

Penderita hipertensi memerlukan manajemen diri yang tepat sebagai kunci keberhasilan kontrol hipertensi. Manajemen diri merupakan kemampuan individu dalam menerapkan perilaku kesehatan untuk mengelola gejala dari penyakit kronis (Peñarrieta *et al.*, 2015). Pasien hipertensi yang mampu melakukan manajemen diri dengan baik akan berdampak positif pada *outcome* klinis pasien, penurunan risiko hospitalisasi dan biaya pengobatan serta peningkatan kualitas hidup (Tursina *et al.*, 2022).

Kemampuan individu dalam melakukan manajemen diri dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti efikasi diri, tingkat pendidikan, pengetahuan, dukungan keluarga, motivasi, dan persepsi pasien terhadap penyakitnya (Rahmadanti *et al.*,

2020; Romadhon *et al.*, 2020). Faktor-faktor tersebut dapat menjadi mediator potensial yang membantu penderita hipertensi dalam melakukan manajemen diri.

Masalah utama dari pelaksanaan manajemen diri pada penderita hipertensi adalah ketidakpatuhan dalam melakukan manajemen diri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nabila *et al* (2022) menunjukkan bahwa manajemen diri pasien hipertensi di Puskesmas Ule Kareng Banda Aceh berada pada kategori cukup, yaitu 78,5%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi masih memerlukan dorongan yang kuat dalam melakukan manajemen diri agar hasilnya menjadi lebih baik.

Salah satu peran yang mendukung pelaksanaan manajemen diri adalah motivasi diri. Motivasi diri mampu menunjukkan kesadaran individu dalam mempertahankan perilaku kesehatan yang tepat sehingga dapat mempengaruhi pelaksanaan manajemen penyakit (Rahmadanti *et al.*, 2020). Penderita hipertensi memerlukan motivasi diri yang baik dalam mengontrol tekanan darah sebagai bentuk pelaksanaan manajemen diri (Aprilianawati & Wahyudi, 2022).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi dengan manajemen diri pada pasien hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilaksanakan di Puskesmas I Denpasar Utara selama satu bulan yaitu bulan Februari 2023. Sebanyak 75 pasien hipertensi yang terlibat dalam penelitian ini dipilih melalui teknik *purposive sampling*.

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu pasien hipertensi dengan rentang usia 18-59 tahun, pasien sudah terdiagnosis hipertensi selama minimal 6 bulan, pasien hipertensi yang bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani

informed consent. Pasien hipertensi dengan penyakit kronis lainnya dieksklusi dari penelitian ini.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah HBP-SCP *Motivation Scale* untuk mengukur motivasi diri dan HSMBQ untuk mengukur manajemen diri hipertensi. Peneliti telah melakukan uji validitas terhadap kedua kuesioner tersebut. HBP-SCP *Motivation Scale* dinyatakan valid dengan nilai $r = 0,346-0,66$ (r tabel = 0,227). HSMBQ dinyatakan valid dengan nilai $r = 0,252-0,598$ (r tabel = 0,227). HBP-SCP *Motivation Scale* dan HSMBQ juga

telah dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbach's alpha* berturut-turut yaitu 0,868 dan 0,875.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik non parametrik yaitu *Spearman Rank* dengan tingkat kepercayaan 95%, karena data tidak terdistribusi normal. Penelitian ini telah mendapatkan ijin dan surat keterangan *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan nomor surat keterangan layak etik 175/UN14.2.2.VII.14/LT/2023.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitiannya sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Lama Menderita Hipertensi (n=75)

Karakteristik Responden	Mean \pm SD	Min-Max	95% CI
Usia	50,65 \pm 8,087	21-59	48,79- 52,51
Lama menderita hipertensi	4,91 \pm 4,403	1-24	3,89-5,92

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden penelitian yaitu 50,65 tahun

dan rata-rata lama menderita hipertensi adalah 4,91 tahun.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Tingkat Pendidikan, Status Pekerjaan, dan Klasifikasi Tekanan Darah (n=75)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	46,7
Perempuan	40	53,3
Total	75	100
Status Pernikahan		
Belum Menikah	2	2,7
Menikah	71	94,7
Janda/duda	2	2,7
Total	75	100
Tingkat Pendidikan		
SD	11	14,7
SMP	4	5,3
SMA	37	49,3
D3/D4	3	4,0
S1	18	24,0
S2	2	2,7
Total	75	100
Status Pekerjaan		
Bekerja	38	50,7
Tidak bekerja	37	49,3
Total	75	100
Klasifikasi Hipertensi		
Normal	13	17,3
Normal-tinggi	21	28,0
Grade 1	34	45,3
Grade 2	7	9,3
Total	75	100

Tabel 2 menampilkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 40 orang (53,3%), berstatus menikah sebanyak 71 orang (94,7%), memiliki pendidikan terakhir

SMA/ sederajat sebanyak 37 orang (49,3%), berstatus masih bekerja sebanyak 38 orang (50,7%) dan sebanyak 34 pasien (45,3%) tergolong ke dalam hipertensi *grade* 1.

Tabel 3. Gambaran Motivasi Diri dan Manajemen Diri Hipertensi Pada Responden (n=75)

Variabel	Mean± SD	Median± Varians	Min-Max	95% CI
Motivasi Diri	60,32±5,955	61,00±35,464	46-76	58,95-61,69
Manajemen Diri	95,32±10,053	94,00±101,058	77-127	93,01-97,63

Tabel 3 memperlihatkan terkait skor motivasi diri dan manajemen diri pada responden. Rata-rata skor motivasi diri

responden yaitu 60,32 (SD = 5,955) dan nilai tengah skor manajemen diri responden yaitu 94,00 (varians = 101,058).

Tabel 4. Kategori Motivasi Diri dan Manajemen Diri Hipertensi Pada Responden (n=75)

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Motivasi Diri		
Rendah	36	48,0
Tinggi	39	52,0
Total	75	100
Manajemen Diri		
Buruk	33	44,0
Baik	42	56,0
Total	75	100

Tabel 4 menunjukkan mayoritas responden memiliki motivasi diri yang tinggi yaitu sebanyak 39 orang (52,0%) dan

manajemen diri hipertensi yang baik yaitu sebanyak 42 orang (56,0%).

Tabel 5. Analisis Hubungan Motivasi Diri dengan Manajemen Diri Pada Pasien Hipertensi (n=75)

Variabel Penelitian	p-value	r
Motivasi diri dengan manajemen diri	0,005	0,320

Tabel 5 memperlihatkan hasil analisis hubungan motivasi diri dengan manajemen diri hipertensi dengan uji *Spearman Rank*, didapatkan *p-value* 0,005 pada $\alpha = 0,05$ dan nilai koefisien korelasi yaitu 0,320 yang menunjukkan adanya hubungan positif

lemah yang signifikan antara motivasi diri dengan manajemen diri hipertensi. Semakin tinggi motivasi pasien, maka semakin baik manajemen diri hipertensinya.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada 75 responden penelitian didapatkan rata-rata skor motivasi diri yaitu 60,32. Mayoritas responden memiliki motivasi diri yang tinggi yaitu 39 orang (52,0%). Motivasi merupakan dorongan yang mampu menggerakkan individu dalam melakukan suatu perubahan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki (Uno, 2016). Guru (2020) menjelaskan bahwa dorongan, keinginan, dan kemauan yang kuat dari dalam diri mampu membentuk perilaku manajemen

diri yang optimal dalam mengontrol tekanan darah sesuai dengan target.

Nilai tengah skor manajemen diri yaitu 94,00. Mayoritas responden memiliki manajemen diri hipertensi yang baik yaitu sebanyak 42 orang (56,0%). Herwanti *et al* (2021) menyebutkan bahwa manajemen diri hipertensi merupakan keterlibatan individu secara aktif dalam mengambil keputusan mengenai perawatan hipertensi yang dilakukan secara berkelanjutan untuk mempertahankan dan meningkatkan

kesehatan sehingga dapat mencegah terjadinya risiko komplikasi penyakit. Lima komponen manajemen diri hipertensi meliputi integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan diri, serta kepatuhan terhadap regimen pengobatan (Lin *et al.*, 2008).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri dengan manajemen diri hipertensi. Hasil penelitian ini didukung oleh Naufal *et al* (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi diri dengan perawatan diri hipertensi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa motivasi membentuk komitmen pada pasien hipertensi untuk melakukan perawatan hipertensi. Penelitian Lukitasari *et al* (2021) di Puskesmas Toroh II menyatakan bahwa motivasi diri merupakan aspek penting bagi pasien DM dikarenakan mampu memberikan *support* pada individu untuk patuh melakukan manajemen diri DM dengan optimal.

Berdasarkan teori motivasi dorongan (*drive*) yang dikembangkan oleh Robert Session Woodworth (1981) dijelaskan bahwa dorongan yang ada pada diri mampu membentuk energi untuk mengaktifkan perilaku yang diharapkan dalam mencapai suatu tujuan (Siregar, 2020). Dorongan tersebut berperan dalam menjaga kontinuitas tingkah laku individu untuk mencapai tujuan yang dikehendaki.

Motivasi diri pada individu berperan untuk meningkatkan keterlibatan dan partisipasi pasien hipertensi dalam melakukan manajemen diri secara aktif untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal (Rahmadanti *et al.*, 2020). Dengan memiliki motivasi yang tinggi, pasien hipertensi akan memiliki kesadaran untuk menerapkan perilaku manajemen diri hipertensi.

Hasil penelitian ini dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti dukungan keluarga dan

durasi lama sakit. Dukungan keluarga merupakan dukungan lini pertama dari orang-orang terdekat yang dapat membantu individu merasa dipercaya, dihargai, dan diperhatikan dengan baik sehingga mampu meningkatkan semangat dan kondisi psikologis individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Siahaan *et al* (2022) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga mampu mempengaruhi motivasi lansia dalam melakukan kontrol tekanan darah.

Durasi lama sakit berhubungan dengan pengalaman yang dimiliki oleh individu, informasi kesehatan yang telah diterima, serta tahap penerimaan akan kondisi kesehatannya. Rata-rata durasi lama sakit pada responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 4,91 tahun. Silalah *et al* (2021) menyebutkan bahwa kemampuan serta kematangan individu dalam melakukan manajemen diri didasarkan oleh adanya pengalaman individu. Maka dari itu, semakin lama individu menderita hipertensi, maka akan semakin banyak pengalaman serta informasi yang telah didapatkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan individu dalam memahami poin-poin penting terkait dengan manajemen diri hipertensi (Tursina *et al.*, 2022).

Faktor layanan kesehatan yang tersedia juga dapat mempengaruhi kemampuan pasien dalam melakukan manajemen diri. Layanan ini mencakup kunjungan rumah secara rutin untuk mengetahui kepatuhan minum obat dan mengevaluasi penerapan manajemen diri pasien. Keterbatasan pada penelitian ini adalah instrumen HBP-SCP *Motivation Scale* dan HSMBQ yang digunakan tidak memiliki pertanyaan *unfavourable* sehingga peneliti sulit untuk mengetahui konsistensi jawaban dari masing-masing responden penelitian.

SIMPULAN

Rata-rata skor motivasi diri termasuk dalam kategori tinggi dan rata-rata skor manajemen diri termasuk dalam kategori

baik. Terdapat hubungan positif lemah yang signifikan antara motivasi diri dengan manajemen diri hipertensi di wilayah kerja

Puskesmas I Denpasar Utara. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti terkait hubungan motivasi diri terhadap

manajemen diri pada sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianawati, N., & Wahyudi, C. T. (2022). Motivasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dalam Mengontrol Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Jurnal JKFT*, 7, 1–7.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2020*. <https://www.diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali/>
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2021*. <https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-denpasar-2021/>
- Guru, Y. Y. (2020). Hubungan Motivasi Sehat Dengan Perilaku Pengendalian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Beru Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 24–33.
- Herwanti, E., Sambriang, M., & Kleden, S. S. (2021). Efektifitas Edukasi Hipertensi Dengan Media Booklet Terhadap Perilaku Self Management Hipertensi Di Puskesmas Penfui Kota Kupang. *Flobamora Nursing Jurnal*, 1(1), 5–11.
- Lin, C., Anderson, R. M., Chang, C., Hagetty, B. M., & Loveland-Cherry, C. J. (2008). Development and testing of the diabetes self-management instrument: A confirmatory analysis. *Research In Nursing*, 31(4), 370–380. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/nur.20258>
- Lukitasari, D. R., Kristiyawati, S. P., & Riani, S. (2021). Hubungan efikasi diri dan motivasi diri dengan self care management pasien diabetes mellitus di puskesmas toroh II. 1197–1209.
- Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). Self Management Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(4), 88–92.
- Naufal, A., Murtaqib, & Kushariyadi. (2020). Hubungan Motivasi Dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 137–149.
- Rahmadanti, M., Diani, N., & Agianto, A. (2020). Motivasi dan Self Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(1), 87.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, pp. 154–165). [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Romadhon, W. A., Aridamayanti, B. G., Syanif, A. H., & Sari, G. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-care Behavior pada Klien dengan Hipertensi di Komunitas. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(April), 37. <https://doi.org/10.33846/sf11nk206>
- Siahaan, R. H., Utomo, W., & Herlina. (2022). Hubungan dukungan keluarga dan efikasi diri dengan motivasi lansia hipertensi dalam mengontrol tekanan darah. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 5(1).
- Silalah, L. E., Prabawat, D., & Hastono, S. P. (2021). Efektivitas edukasi self-care terhadap perilaku manajemen diri pada pasien diabetes melitus di wilayah puskesmas sukapura jakarta. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 4(1), 15–22.
- Siregar, L. Y. S. (2020). Motivasi Sebagai Perubahan Perilaku. *Jurnal Manajemen*, 11(2), 81–97.
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- Uno, H. B. (2016). *Teori motivasi dan pengukurannya: analisis bidang pendidikan*. Bumi Aksara.
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#:~:text=Hypertension is diagnosed when ≥90 mmHg.>
- Zhou, B., Perel, P., & Mensah, G. A. (2021). Global epidemiology, health burden and effective interventions for elevated blood pressure and hypertension. *Nature Reviews Cardiology*, 18(November), 785–802. <https://doi.org/10.1038/s41569-021-00559-8>