

# HUBUNGAN MOTIVASI DIRI TERHADAP KEPATUHAN MELAKSANAKAN DIET PADA PENDERITA HIPERTENSI

Delima Sari<sup>1</sup>, Safri<sup>2</sup>, Gamy Tri Utami<sup>3</sup>

Fakultas Keperawatan

Universitas Riau

Email: [Delimasari386@gmail.com](mailto:Delimasari386@gmail.com)

## Abstract

*Hypertension is one of non-communicable diseases. Hypertension was categorized by the value of systolic blood pressure more than 130 mmHg and diastolic blood pressure more than 80 mmHg. These hypertension precautions are committed by self-motivated in controlling blood pressure, and execute a hypertension diet. The aim of this research was to know the relationship between self-motivated and compliance with carrying out a diet in hypertension's patients used descriptive correlative design and cross sectional approach involving 73 respondents selected by the inclusion criteria by using purposive sampling technique by using chi-square test. This biivariate analysis showed that from 39 respondent (73,6%) with high motivation obeyed hypertenti's diet. Bivariate analysis showed that p value is 0,016 (p value <0.05, which concluded that there was correlation between self-motivated and the obedience did the hypertension's diet on hypertension's victim. Based on study findings, it is known that hypertension's patients should taking care the hypertension's diet to control the blood pressure.*

*Keyword : Hypertension, hypertension diet, self-motivated*

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menular, seseorang didiagnosis menderita hipertensi dikategorikan dengan nilai tekanan darah sistolik (TDS) lebih dari 130 mmHg dan tekanan darah diastolik (TDD) lebih dari 80 mmHg *American Heart Association* (AHA, 2017). Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah (Tao & Kendall, 2013).

Penyakit hipertensi dikategorikan sebagai *the silent killer* atau pembunuh diam-diam, karena penderita tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darah. Hipertensi akan menyebabkan kerusakan sejumlah organ penting (*target organ damage*), yaitu jantung, otak, ginjal, retina mata, dan bisa menyebabkan disfungsi ereksi (Rilantono, 2015).

Hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor, namun sekitar 90% belum diketahui secara pasti faktor penyebabnya. Kondisi-kondisi yang merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi meliputi faktor umur, riwayat keluarga, jenis kelamin, obesitas, olahraga, pola konsumsi makanan dan gaya hidup yang tidak sehat, contohnya adalah konsumsi garam yang tinggi, makanan berlebihan, minum alkohol dan merokok (Kristanti, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Mahmudah, Maryusman, Arini, dan Malkan (2015) dari hasil bivariat menunjukkan ada hubungan aktifitas fisik, asupan lemak, dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi. Seseorang yang memiliki faktor resiko hipertensi dapat melakukan upaya-upaya preventif, contohnya modifikasi gaya hidup untuk menurunkan tekanan darah, upaya preventif ini tidak mudah untuk dilaksanakan sehingga menyebabkan penderita sering tidak patuh atau patah semangat untuk melaksanakan diet hipertensi tersebut. Seorang dokter atau tenaga kesehatan harus bisa memotivasi penderita dan keluarga agar selalu berusaha untuk melaksanakan upaya preventif (Rilantono, 2015).

Prevalensi global penyakit hipertensi terus mengalami peningkatan, jumlah penderita dewasa dengan hipertensi dari angka 594 juta pada tahun 1975 meningkat hingga mencapai angka 1,13 milyar atau sekitar 22,1% pada tahun 2015 *World Health Organization* (WHO, 2017). Peningkatan kasus hipertensi juga terjadi di Indonesia, hipertensi pada umur  $\geq 18$  tahun di Indonesia yang didapat melalui jawaban pernah didiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4%, sedangkan yang pernah didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat hipertensi sendiri sebesar 9,5% (Riskesdas, 2013).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur  $\geq 18$

tahun sebesar 25,8%, jadi cakupan tenaga kesehatan hanya 36,8%, sebagian besar (63,2%) kasus hipertensi di masyarakat tidak terdiagnosis (Riskesdas, 2013). Data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru menunjukkan kejadian hipertensi tertinggi pada laporan tahun 2016 terdapat di Puskesmas Payung Sekaki dengan total penderita hipertensi sebanyak 3.708 orang.

Penelitian yang dilakukan oleh Rosyid & Effendy (2011) menunjukkan bahwa rendahnya angka kepatuhan terhadap diet rendah garam membuat meningkatnya angka kejadian hipertensi. Lindner, Menzies, Kelly, Taylor, dan Shearer (2013) juga menjelaskan bahwa pemberian intervensi merupakan faktor penting dalam perubahan sikap kepatuhan dalam pengobatan penyakit kronik seperti perubahan sikap dalam kepatuhan minum obat, kepatuhan aktivitas sehari-hari dan kepatuhan melaksanakan diet.

Kepatuhan adalah sejauh mana perilaku seseorang melaksanakan sesuatu dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan (Notoatmodjo, 2014). Salah satu kepatuhan yang harus ditaati penderita hipertensi adalah kepatuhan melaksanakan diet hipertensi. Diet hipertensi adalah salah satu upaya untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menjadi normal. Diet hipertensi juga dapat membantu menurunkan faktor resiko lain seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar kolesterol, dan asam urat dalam darah (Dalimartha, 2008).

Faktor makan dalam kepatuhan diet merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh melaksanakan diet hipertensi agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Penderita hipertensi harus tetap melaksanakan diet hipertensi setiap hari dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang dirasakan. Tujuan dari diet hipertensi dan pengobatan hipertensi adalah mengendalikan tekanan darah penderita hipertensi agar tetap stabil atau tekanan darah menjadi normal sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan mencegah komplikasi terutama organ jantung dan pembuluh darah yang dapat menyebabkan kematian (Kristanti, 2013). Beberapa hal-hal yang mempengaruhi keberhasilan kepatuhan dalam melaksanakan diet yaitu pengetahuan, motivasi, persepsi, dukungan keluarga dan keikutsertaan penyuluhan gizi (Lestari, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Nisfiani (2014), tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lanjut usia di Desa Begajah Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lanjut usia di Desa Begajah Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo. Salah satu faktor penghambat kepatuhan melaksanakan diet pada pasien hipertensi adalah menghindari kebiasaan makan sehari-hari. Mengatur pola makan tidak mudah dilaksanakan bagi penderita hipertensi, karena menimbulkan rasa kejenuhan dan bosan bagi penderita hipertensi disebabkan menu yang dikonsumsi serba dibatasi sehingga sangat dibutuhkan motivasi diri penderita hipertensi untuk dapat mengontrol tekanan darah dengan cara mengatur pola makan atau melaksanakan diet hipertensi.

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Indrawati, Rusmariansa, dan Hartanti (2012), tentang hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes melitus pada pasien diabetes melitus diperoleh hasil ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet DM dengan *p value* 0,002. Kepatuhan melaksanakan diet hipertensi sangat diperlukan motivasi diri penderita hipertensi. Motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk berperilaku agar mencapai tujuan dan memenuhi kebutuhannya (Uno, 2013).

Motivasi merupakan dorongan, keinginan dan tenaga penggerak yang berasal dari dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu dengan mengesampingkan hal-hal yang dianggap kurang bermanfaat. Motivasi yang kuat yang berasal dari diri penderita hipertensi untuk sembuh akan memberikan keuntungan. Proses untuk menjaga tekanan darah pasien hipertensi tidak hanya dengan perawatan non farmakologi seperti olahraga, namun diet hipertensi juga harus dilaksanakan (Jahja, 2011).

Studi pendahuluan dilakukan oleh peneliti pada tanggal 22 Februari 2018 di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki bagian poli umum dan poli usia lanjut (usila), dengan mewawancarai 7 orang penderita hipertensi, hasil studi 3 diantara penderita hipertensi mengatakan bahwa mereka mengetahui mengenai diet hipertensi tetapi mereka malas untuk melaksanakannya

dikarenakan suka makanan yang banyak mengandung garam seperti ikan asin, dan suka makan-makanan yang bersantan seperti gulai, 2 orang lainnya mengatakan bahwa melaksanakan diet hipertensi membuat makanan tidak nikmat kalau harus makan dengan garam yang sedikit, karena tidak ada rasanya dan terasa hambar, hal inilah yang menyebabkan ketidakpatuhan penderita hipertensi untuk tetap menjalani diet rendah garam karena mereka kehilangan selera makan sedangkan 2 orang penderita hipertensi lainnya mengatakan bahwa mereka melaksanakan diet hipertensi yang seharusnya dilaksanakan karena mereka termotivasi ingin lekas sembuh.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan penatalaksanaan hipertensi yang lebih baik dan efektif serta dapat menuntun penderita hipertensi agar patuh dan memotivasi diri dalam melaksanakan diet hipertensi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru yang dimulai dari bulan Februari sampai bulan Juli 2018. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi dari penelitian ini adalah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru yang berjumlah 270 responden dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan cara *purposive sampling* yang berjumlah 73 responden sesuai kriteria inklusi.

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Peneliti menggunakan kuesioner berdasarkan tinjauan teoritis dan telah dilakukan uji validitas. Kuesioner terdiri dari kuesioner motivasi diri dan kuesioner kepatuhan diet hipertensi.

Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden terkait umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lamanya menderita hipertensi, lamanya melaksanakan diet hipertensi serta gambaran motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi.

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel digunakan uji statistik dengan uji *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1

Distribusi		Karakteristik		Responden
Berdasarkan Rata-rata Umur				
Variabel	Mean	SD	Min	Max
Umur	53,14	6,711	38	65

Tabel 1 menunjukkan rata-rata umur 53,14 dengan rentang umur 38-65 tahun.

Tabel 2

Distribusi		Karakteristik		Responden
Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir, Lama Menderita Hipertensi dan Lama Melaksanakan Diet Hipertensi (N=73).				
Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)		
<b>Umur</b>				
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	8	11,0		
Lansia Awal (45-55 tahun)	38	52,1		
Lansia Akhir (56-65 tahun)	27	37,0		
Jumlah	73	100,0		
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	27	37,0		
Perempuan	46	63,0		
Jumlah	73	100,0		
<b>Pendidikan terakhir</b>				
Tidak sekolah	2	2,7		
SD	4	5,5		
SMP	25	34,2		
SMA	37	50,7		
Perguruan tinggi	5	6,8		
Jumlah	73	100,0		
<b>Lama menderita hipertensi</b>				
<5 tahun	43	58,9		
5-10 tahun	24	32,9		
>10 tahun	6	8,2		
Jumlah	73	100,0		
<b>Lama melaksanakan diet hipertensi</b>				
<1 tahun	12	16,4		
1-5 tahun	60	82,2		
6-10 tahun	1	1,4		
Jumlah	73	100,0		

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi pada penelitian ini berada pada rentang umur lansia awal yaitu 45-55 tahun (52,1%), berjenis kelamin perempuan (63,0%), pendidikan terakhir SMA (50,7%), menderita hipertensi selama <5 tahun (58,9%), dan sudah melaksanakan diet hipertensi sekitar 1-5 tahun (82,2%).

## 2. Gambaran Responden Berdasarkan Motivasi Diri

Tabel 3  
*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Motivasi Diri*

Motivasi diri	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	53	72,6
Rendah	20	27,4
Jumlah	73	100,0

Tabel 3 menggambarkan motivasi diri responden, dimana dari 73 responden penderita hipertensi yang diteliti sebagian besar memiliki motivasi yang tinggi (72,6%).

## 3. Gambaran Responden Berdasarkan Kepatuhan Melaksanakan Diet pada Penderita Hipertensi

Tabel 4  
*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet Hipertensi*

Kepatuhan diet	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	47	64,4
Tidak patuh	26	35,6
Jumlah	73	100,0

Tabel 4 menggambarkan kepatuhan dalam melaksanakan diet hipertensi responden, penderita hipertensi sebagian besar patuh (64,4%).

### B. Analisis Bivariat

Tabel 5  
*Hubungan Motivasi Diri terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet pada Penderita Hipertensi (N=73)*

Motivasi diri	Kepatuhan diet		<i>P value</i>	OR		
	Patuh	Tidak patuh				
	N	%	N	%		
Tinggi	39	73,6	14	26,4	0.016	4,179
Rendah	8	40,0	12	60,0		
Jumlah	47	64,4	26	35,6		

Tabel 5 diatas hasil analisis motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet

yang memiliki motivasi yang tinggi 39 responden (73,6%) patuh dalam melaksanakan diet hipertensi, 14 responden (26,4%) tidak patuh dalam melaksanakan diet. Tabel ini juga menjelaskan bahwa dari 20 responden memiliki motivasi yang rendah 8 responden (40,0%) patuh melaksanakan diet, 12 responden (60,0%) tidak patuh dalam melaksanakan diet.

Berdasarkan hasil uji statistik yang menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p value* = 0,016 < ( $\alpha$ = 0,05), yang berarti  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki kota Pekanbaru. Hasil analisis diperoleh nilai OR = 4,179, artinya pasien yang memiliki motivasi tinggi berpeluang 4,179 kali untuk mematuhi diet dibandingkan dengan pasien yang mempunyai motivasi rendah.

## PEMBAHASAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian terdiri dari analisis univariat yang digunakan untuk memberikan gambaran karakteristik responden yaitu:

##### a. Umur

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 orang responden dapat dilihat bahwa mayoritas penderita hipertensi berada pada rentang umur lansia awal yaitu 46-55 tahun sebanyak 38 orang (52,1%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Raihan (2014) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi primer pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Pesisir bahwa mayoritas responden yang mengalami hipertensi berada antara kategori lansia (*elderly*) berusia  $\geq$  45 tahun sebanyak 67 orang (85,9%). Seseorang yang berumur  $\geq$ 45 tahun memiliki resiko hipertensi sebesar 8,5 kali dari pada responden yang berumur  $\leq$ 45 tahun.

Mardalena (2017) mengatakan bahwa semakin bertambah usia seseorang, maka tekanan darah akan semakin meningkat dan beresiko mengalami hipertensi. Hal ini dihubungkan dengan bertambahnya usia maka akan diikuti oleh perubahan pada pembuluh darah, perubahan elastisitas pembuluh darah

dapat menjadi faktor resiko terjadinya hipertensi (Weber, 2012). Golongan umur  $\geq 45$  tahun memerlukan pencegahan dan pengontrolan tekanan darah, salah satunya yaitu melakukan pengukuran tekanan darah setidaknya setiap dua tahun guna untuk menskrining adanya hipertensi (Kozier, Berman, & Snyder, 2010).

#### **b. Jenis Kelamin**

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden, diperoleh hasil penderita hipertensi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan penderita yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 46 orang (63,0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Novitaningtyas (2014) didapat hasil bahwa lansia berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan dengan lansia berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 43,7%.

Menurut Singalingging (2011) rata-rata perempuan akan mengalami peningkatan resiko tekanan darah tinggi (hipertensi) setelah menopause yaitu usia diatas 45 tahun. Perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Kadar kolesterol HDL rendah dan tingginya kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*) mempengaruhi terjadinya proses aterosklerosis (Anggraini dkk, 2009).

#### **c. Pendidikan Terakhir**

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden penderita hipertensi menunjukkan bahwa mayoritas pendidikan terakhir responden yaitu SMA sebanyak 37 orang (50,7%). Menurut Notoatmodjo (2014) faktor pendidikan sangat berpengaruh dan mendukung pengetahuan tentang sesuatu hal, dengan pendidikan tersebut seseorang dapat lebih mengetahui sesuatu hal tersebut.

Seseorang yang mempunyai pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah menerima informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan dibandingkan dengan orang-orang yang berlatarbelakang pendidikan rendah yang cenderung sulit untuk mengetahui atau mengikuti informasi yang tersedia dengan keterbatasan pengetahuannya. Responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki pendidikan terakhir SMA, dimana di zaman yang sudah canggih seseorang bisa mendapatkan informasi mengenai hipertensi.

#### **d. Lama Menderita Hipertensi**

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden penderita hipertensi sebagian besar sudah menderita hipertensi sekitar <5 tahun yaitu sebanyak 43 orang (58,9%). Beberapa responden mengatakan bahwa mereka hampir setiap hari mengkonsumsi obat antihipertensi untuk mengontrol tekanan darahnya.

Tekanan darah tinggi yang lama akan mengakibatkan bertambahnya beban kerja jantung dan arteri. Jantung akan bekerja lebih keras untuk memompa darah dan akan menambah beban kerja jantung pembuluh darah dengan menerima aliran darah yang bertekanan lebih tinggi dari biasanya. Jika kondisi seperti ini terus menerus dialami, jantung dan pembuluh darah yang sudah melewati batas toleransi kompensasi menjadi rusak. Kerusakan jantung dan pembuluh darah dapat mengganggu kerja sistem kardiovaskuler. Tekanan darah yang tinggi dalam waktu yang lama dan tanpa adanya pemberian intervensi yang tepat dapat merusak endotel arteri serta mempercepat *arterosklerosis*. Hipertensi yang tidak ditangani dengan tepat, maka penderita hipertensi memiliki kemungkinan untuk mengalami komplikasi yang menyebabkan rusaknya beberapa organ tubuh seperti mata, jantung, otak, ginjal dan pembuluh darah besar (Sudoyo, Setiyohadi, Alwi, Simadibrata, & Setiati, 2009).

#### **e. Lama Melaksanakan Diet Hipertensi**

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden bahwa mayoritas penderita hipertensi sudah melaksanakan diet hipertensi sekitar 1-5 tahun yaitu sebanyak 60 orang (82,2%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rilasti (2016) didapatkan hasil bahwa sekitar 1-5 tahun yang lama melaksanakan diet hipertensi sebanyak 16 orang responden (53,3%). Beberapa responden mengatakan bahwa mereka mendapatkan informasi tentang diet hipertensi di posbindu dan tempat pelayanan Puskesmas Payung Sekaki. Hal ini terbukti pada saat peneliti melakukan seleksi kepada penderita hipertensi mereka mengaku bahwa mereka tahu tentang diet hipertensi, sehingga mereka melaksanakan diet hipertensi. Kebanyakan dari responden memutuskan untuk menghindari makanan penyebab hipertensi dan tetap melaksanakan diet hipertensi supaya tidak terjadi komplikasi lanjut.

## 2. Motivasi Diri Penderita Hipertensi

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden penderita hipertensi sebagian besar memiliki motivasi diri yang tinggi yaitu sebanyak 53 orang (100,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Pratama (2014) didapatkan hasil motivasi tinggi sebanyak 83 orang (85,6%). Motivasi sangat berpengaruh terhadap kepatuhan seseorang dalam melakukan tindakan pengobatan. Tingginya motivasi seseorang menunjukkan tingginya kebutuhan maupun dorongan responden untuk mencapai sebuah tujuan. Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam melakukan kegiatan-kegiatan sehari-hari memiliki harapan yang positif, mempunyai harapan yang tinggi, dan memiliki keyakinan yang tinggi terhadap tindakan pengobatan yang diselesaikan oleh dirinya sendiri.

Asumsi peneliti bahwa 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.

## 3. Kepatuhan Melaksanakan Diet Hipertensi

Hasil penelitian mendapatkan bahwa 73 responden penderita hipertensi mayoritas penderita hipertensi patuh melaksanakan diet hipertensi yaitu sebanyak 47 orang (64,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Amira & Hendrawati (2018) mendapatkan hasil bahwa tingkat kepatuhan responden melaksanakan diet hipertensi adalah patuh yaitu sebanyak 79 orang responden (79,8%). Beberapa responden mengatakan patuh melaksanakan diet hipertensi dikarenakan adanya motivasi dari dirinya sendiri, Hal ini terbukti responden pada penelitian ini yang patuh melaksanakan diet hipertensi berlatarbelakang pendidikan menengah keatas, dimana seseorang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah menerima informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan. Responden juga mengatakan mau melaksanakan diet hipertensi karena mereka takut penyakitnya akan bertambah parah

sehingga menimbulkan komplikasi penyakit lainnya

Kepatuhan untuk melaksanakan diet hipertensi sangat penting dilakukan, beberapa responden juga mengatakan bahwa mereka mendapatkan pengetahuan dari penyuluhan kesehatan pendidikan yang diberikan oleh tenaga kesehatan tentang pola hidup sehat lansia di Posbindu dan di pelayanan Puskesmas Payung Sekaki.

Niven (2008) menyatakan bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu pengetahuan. Semakin tinggi pengetahuan, maka seseorang akan patuh melaksanakan diet hipertensi, sedangkan semakin rendah pengetahuan, maka seseorang tidak patuh melaksanakan diet hipertensi.

## B. Analisis Bivariat

### Hubungan Motivasi Diri terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet pada Penderita Hipertensi

Hasil analisis mendapatkan data bahwa responden yang memiliki motivasi tinggi dan patuh melaksanakan diet adalah sebanyak 39 responden (73,6%), responden yang memiliki motivasi tinggi tetapi tidak patuh melaksanakan diet adalah sebanyak 14 responden (26,4%). Responden yang memiliki motivasi rendah tetapi patuh melaksanakan diet adalah sebanyak 8 responden (40,0%). Responden yang memiliki motivasi rendah dan tidak patuh melaksanakan diet adalah sebanyak 12 responden (60,0%).

Hasil analisis uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,016, dimana  $p\ value < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratama dan Ariastuti (2014) dengan hasil uji statistik bahwa motivasi sangat berpengaruh terhadap kepatuhan seseorang dengan pengobatannya. Kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan (Notoatmodjo, 2014).

Penelitian ini terbukti bahwa responden patuh melaksanakan diet hipertensi karena memiliki motivasi yang tinggi dibuktikan dengan terkontrolnya tekanan darah

responden. Motivasi yang tinggi dapat meningkatkan kepatuhan seseorang untuk patuh melaksanakan diet hipetensi, dikatakan patuh menurut responden adalah mereka mau dan mampu melaksanakan diet tersebut sebagai kebiasaan sehari-hari. Sedangkan sebagian kecil responden memiliki motivasi yang rendah, kurang patuh melaksanakan diet dikarenakan keinginan responden itu sendiri tidak adanya motivasi dari dalam diri responden itu sendiri untuk sehat. Motivasi dikatakan rendah apabila didalam diri individu memiliki harapan dan keyakinan yang rendah, bahwa dirinya mampu melaksanakan anjuran-anjuran yang telah diberikan (Notoatmodjo, 2014), hal ini terbukti responden tidak melaksanakan diet hipertensi karena mereka beranggapan diet yang mereka laksanakan tidak ada pengaruh terhadap tekanan darah sehingga mereka tidak patuh melaksanakan diet. Penderita yang tidak patuh adalah penderita yang tidak melaksanakan diet hipertensi yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Kesimpulan pada penelitian ini motivasi diri dapat meningkatkan kepatuhan melaksanakan diet hipertensi.

## SIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan "Motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi, dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki motivasi tinggi dalam menjaga diet maka dapat menjaga stabilitas tekanan darah dan tekanan darah terkontrol dengan baik, sebaliknya responden yang memiliki motivasi rendah dalam menjaga diet dapat membuat tidak terkontrolnya tekanan darah, dan mengalami komplikasi lanjut.

## SARAN

### 1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta wawasan dan sumber informasi bagi mahasiswa keperawatan mengenai hubungan motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi.

### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk petugas pelayanan kesehatan dalam memberikan pendidikan kesehatan bagi pasien agar termotivasi untuk melaksanakan diet hipertensi dengan patuh sesuai dengan anjuran yang telah diberikan.

### 3. Bagi Responden

Diharapkan kepada responden agar lebih meningkatkan motivasi dalam melaksanakan diet hipertensi agar tekanan darah terkontrol dengan baik.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada responden agar lebih meningkatkan motivasi dalam melaksanakan diet hipertensi agar tekanan darah terkontrol dengan baik.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tak terhingga atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyelesaian skripsi ini.

---

<sup>1</sup>**Delima Sari:** Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

<sup>2</sup>**Ns. Safri, M.Kep., Sp.Kep.MB:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

<sup>3</sup>**Ns. Gamy Tri Utami, M. Kep:** Kelompok Jabatan Fungsional Dosen (KJFD) Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

---

## DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association (AHA). (2017). Global impact of 2017 american heart association/american college of cardiology hypertension guidelines. Diperoleh pada tanggal 9 April 2018 dari <http://circ.ahajournals.org/content/137/6/543.short>*
- Amira, I., & Hendrawati. (2018). *Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di kampung honje luhur kelurahan sukagalih wilayah kerja PKM pembangunan kecamatan tarogong*. Garut: Fakultas Keperawatan Unpad Kampus Garut
- Anggraini, A.D., Waren, S., Situmorang, E., Asputra, H., dan Siahaan, S.S. (2009). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien yang berobat di Poliklinik dewasa Puskesmas Bangkinang*. Pekanbaru: Fakultas Kesehatan Universitas Riau

- Dalimartha, S., Purnama, B.T., Sutarina, N., Mahendra, B., & Darmawan, R. (2008). *Care you self hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus+
- Indrawati, D., Rusmariana, A & Hartanti, R., D. (2012). *Hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes melitus pada pasien diabetes melitus*. Pekalongan: Prodi S1 Keperawatan STIKES Pekajangan Pekalongan. Diperoleh pada tanggal 04 Februari 2018 dari [https://caridokumen.com/queue/motiv-asi-dengan-kepatuhan-diet-dm-5a44a23fb7d7bc7b7a75f4d8\\_pdf?queue\\_id=-1](https://caridokumen.com/queue/motiv-asi-dengan-kepatuhan-diet-dm-5a44a23fb7d7bc7b7a75f4d8_pdf?queue_id=-1)
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Kemenkes RI. (2013). *Pokok hasil riskesmas provinsi riau*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diperoleh pada tanggal 01 Februari 2018 [www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesmas%202013](http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesmas%202013)
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S.J. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik (7 ed., Vol. II)*. Jakarta: EGC
- Kristanti, H. (2013). *Mencegah & mengobati 11 penyakit kronis*. Yogyakarta: Citra Pustaka
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga (penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga)*. Jakarta: Kharisma Putra Utama
- Lindner, H., Menzies, D., Kelly, J., Taylor, S., & Shearer, M. (2013). Coaching for behaviour change in chronic disease: a review of the literature and the implication for coaching as a self-management intervention. *Australian Journal of Primary Health*. Vol. 9. No 2&3. Australian La Trobe University and Whitehorse Division of General Practice
- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F. A., & Malkan, I. (2015). *Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Sawangan Baru*. Jakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar ilmu gizi dalam keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Nisfiani, A. (2011). *Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lanjut usia di Desa Begajah Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo*. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diperoleh tanggal 02 Februari 2018 dari [http://eprints.ums.ac.id/30732/12/NA\\_SKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/30732/12/NA_SKAH_PUBLIKASI.pdf)
- Niven. (2008). *Psikologi kesehatan: pengantar untuk perawat dan profesional*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Novitaningtyas, T. (2014). *Hubungan karakteristik (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan) dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia*. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Pratama, G.W., & Ariastuti, N. L.P. (2014). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pengobatan hipertensi pada lansia*. Denpasar: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana
- Raihan, L.N., Erwin., & Dewi, A.P. (2014). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi primer pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Pesisir*. Pekanbaru: Fakultas Keperawatan Universitas Riau
- Rilantono, L. L. (2015). *Penyakit kardiovaskular (PKV) 5 rahasia*. Jakarta: Badan Penerbit FKUI
- Rilasti, S.O., Nurchayati, S., & Dewi, A.P. (2016). *Hubungan kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi terhadap kualitas hidup pasien hipertensi*. Skripsi (tidak dipublikasikan). Pekanbaru: Fakultas Keperawatan Universitas Riau
- Rosyid, F. N., & Effendy, N. (2011). *Hubungan kepatuhan diet rendah garam dan terjadinya kekambuhan pada pasien hipertensi*. Surabaya: Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surabaya

- Singalingging, G. (2011). *Karakteristik penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Herna Medan*. Medan:1-6
- Sudoyo, A. W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Simadibrata, M., & Setiati, S. (2009). *Buku ajar ilmu penyakit dalam jilid 1 edisi v*. Jakarta: Interna Publishing
- Tao, L., & Kendall, K. (2013). *Sinopsis organ system kardiovaskuler, pendekatan dengan sistem terpadu dan disertai kumpulan kasus klinik*. Jakarta: Karisma Publishing Group
- Uno, B. H. (2013). *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara
- Weber, C. (2012). *A global brief hypertension: silent killer, global public health disease*. Switzerland: WHO press
- World Health Organization (WHO). ( 2017). *Cardiovascular diseases (CVDs)*. Diperoleh tanggal 19 April 2018, dari <http://www.Who.int/mediacentre/Factsheets/FS317/en>