

TESIS

**ANALISIS PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS GEDONGAN KOTA MOJOKERTO**



Oleh:

KIKI MELLISA ANDRIA

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGAM MAGISTER
PROGAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2020**

TESIS

**ANALISIS PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS GEDONGAN KOTA MOJOKERTO**



Oleh:

**KIKI MELLISA ANDRIA
NIM 101814153030**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGAM MAGISTER
PROGAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2020**

ii

IR-PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

**ANALISIS PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS GEDONGAN KOTA MOJOKERT**

TESIS

**Untuk memperoleh gelar Magister Kesehatan Masyarakat
Minat Studi Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga**

Oleh :

**KIKI MELLISA ANDRIA
NIM 101814153030**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM MAGISTER
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2020**

iii

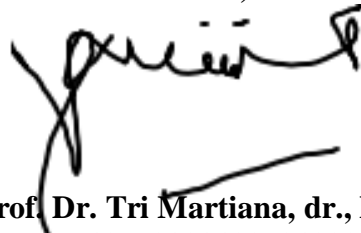
PENGESAHAN

**Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Minat Studi Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
dan diterima untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar
Magister Kesehatan Masyarakat (M.Kes)
Pada tanggal, 15 September 2020**

Mengesahkan

**Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat**

Dekan,



**Prof. Dr. Tri Martiana, dr., M.S.
NIP 195603031987012001**

Tim Penguji

Ketua : Dr. Santi Martini, dr., M.Kes
Anggota : 1. Dr. Sri Widati, S.Sos., M.Si
2. Ira Nurmalia, S.KM., M.PH., Ph.D
3. Oedojo Soedirham, dr. M.PH., MA., Ph.D
4. Yohana Rina Sunday, S.KM., M.PH

PERSETUJUAN

TESIS

**Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Magister Kesehatan Masyarakat (M.Kes)
Minat Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga**

Oleh :

**KIKI MELISA ANDRIANA
NIM 101814153030**

**Menyetujui,
Surabaya, 15 September 2020**

Pembimbing Ketua



**Dr. Sri Widati, S.Sos., M.Si
NIP 197701162005012002**

Pembimbing



**Ira Nurmala, S.KM., M.PH., Ph.D
NIP 197710172003122001**

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat**



**Dr. M. Bagus Qomaruddin, Drs., M.Sc.
NIP 196502161990021001**

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : KIKI MELLISA ANDRIA
NIM : 1018 14153030
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Minat Studi : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Angkatan : 2018
Jenjang : Magister

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan tesis saya yang berjudul:

ANALISIS PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GEDONGAN KOTA MOJOKERTO

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 15 September 2020

A revenue stamp (Meterai Tempel) with a value of 6000 Rupiah. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI TEMPEL', 'TGL. 20', '31B30ADF065566955', and '6000 ENAM RIBU RUPIAH'. A handwritten signature is written over the stamp.

KIKI MELLISA ANDRIA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan tesis saya yang berjudul “ANALISIS PERILAKU GAYA HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GEDONGAN KOTA MOJOKERTO”

Tesis ini berisi tentang latar belakang, teori pendukung, kerangka pikir dan rancangan penelitian yang akan digunakan untuk mendeskripsikan analisis perilaku gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di kota Mojokerto yang akan dilaksanakan sesuai waktu yang sudah ditetapkan. Adapun variabel yang diteliti yaitu karakteristik individu, faktor personal, dan faktor lingkungan.

Penyusunan tesis ini tidak dapat terlaksana apabila tidak adanya bantuan dari berbagai pihak. Ucapan terima kasih saya ucapkan kepada Dr. Sri Widati, S.Sos., M.Si dan Ira Nurmala, S.K.M., MPH., PhD yang sudah membimbing dan memberi banyak masukan guna penyusunan tesis ini sampai dapat selesai dengan baik. Tidak lupa saya mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Tri Martiana, dr., M.S. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga,
2. Dr. M. Bagus Qomaruddin, Drs., M.Sc. selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
3. Dr. Shrimarti Roekmini Devy, Dra., M.Kes selaku Ketua Minat Studi Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
4. Seluruh dosen Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu selama penulis menjalani perkuliahan dan telah memberikan pandangan sebagai bahan acuan dalam penyusunan tesis
5. Teman-teman kelas PKIP yang selalu member masukan dan berbagi ilmu dalam penyusunan tesis
6. Suami dan kedua anak saya tercinta yang selalu memberi dukungan dan memberi semangat selama penulisan tesis.
7. Orang tua saya yang senantiasa mendoakan saya

Saya menyadari masih terdapat kekurangan dalam tesis ini sehingga saran dan kritik yang membangun sangat saya harapkan untuk perbaikan. Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan yang telah diberikan dan semoga proposal tesis ini berguna baik bagi diri sendiri maupun pihak lain yang menggunakan.

Surabaya, 15 September 2020

Penulis

SUMMARY

Analysis of Healthy Lifestyle Behavior in Hypertension Patients in Pu skesmas Gedongan, Mojokerto City

Hypertension is a condition when the blood pressure in the blood vessels increases chronically. Factors that influence the occurrence of hypertension include aging, family history of hypertension, unhealthy lifestyle, habit of eating salty foods, unusual exercise, obesity, gender, smoking habits, alcoholic drinking habits and psychological stress. Efforts that can be made to cure hypertension other than drugs are by carrying out healthy lifestyle behaviors.

The risk of hypertension can be handled by making preventive efforts to modify a healthy lifestyle. This preventive effort is not easy to implement, causing sufferers to often disobey or become discouraged from implementing the hypertension diet. A doctor or health worker must be able to motivate sufferers and their families to make efforts to implement preventive measures. Motivation in general refers to the driving force that moves us to do something. The purpose of this study was to analyze healthy lifestyle behaviors in hypertensive patients at Puskesmas Gedongan Mojokerto City.

This research is an analytical study which was conducted cross-sectional in February-June 2020. The data collection technique was a questionnaire. The population in this study were hypertensive patients aged 35 to > 75 years. The population selection was respondents who were still doing routine checks at the Gedongan Community Health Center in the City of Mojokerto for the last 3 months, January 2020 - March 2020. The samples were hypertension patients who could be called and were willing to be respondents in this study, amounting to 107 people. this research with simple random sampling. Data analysis using path analysis (Path Analysis) with partial least square test (PLS).

The results of the PLS test on individual characteristics on motivation obtained a statistical T value of 3.845 ($T > 1.98$) which means that there is a significant effect. The effect of individual characteristics with healthy lifestyle behavior obtained a statistical T value of 0.466 ($T < 1.98$) which means there is no significant effect. The influence of personal factors with motivation obtained a statistical T value of 0.129 ($T < 1.98$) which means that there is no significant influence. The influence of personal factors on lifestyle behavior is obtained by a T statistical value of 2.084 ($T > 1.98$) which means that there is a significant effect.

The influence of environmental factors with motivation obtained a statistical T value of 7.021 ($T > 1.98$) which means that there is a significant influence. The influence of environmental factors with healthy lifestyle behavior obtained a statistical T value of 4.653 ($T > 1.98$) which means that there is a significant effect. The influence of motivation with healthy lifestyle behavior obtained a statistical T value of 4.410 ($T > 1.98$) which means that there is a significant effect.

The influence of individual characteristics with healthy lifestyle behavior through motivation obtained a statistical T value of 2.790 ($T < 1.98$) which means

that there is a significant effect. The influence of personal factors with healthy lifestyle behavior through motivation obtained a statistical T value of 0.358 ($T < 1.98$) which means there is no significant effect. The influence of personal factors with healthy lifestyle behavior through motivation obtained a statistical T value of 4.280 ($T > 1.98$) which means that there is a significant effect.

Efforts are being made to create a hypertension awareness family empowerment program (GADARSI) to better understand the importance of providing support and motivation from families for hypertensive sufferers to carry out healthy lifestyle behaviors. Creating a self-help group (SHG) or self-help group as an educational or promotional method to increase public confidence and knowledge in controlling hypertension.

Conclusion: Internal motivation can arise because of the encouragement of a person's education, work and income, resulting in healthy lifestyle behavior. Motivation arises because of the influence of environmental factors and individual characteristics that affect a person's personality. Personal someone has a self-concept, namely self efficacy and self regulation as the core of a personality pattern that will determine individual behavior.

RINGKASAN

Analisis Perilaku Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi di antaranya adalah umur yang semakin tua, riwayat keluarga dengan hipertensi, gaya hidup tidak sehat, kebiasaan mengonsumsi makanan asin, tidak biasa berolahraga, obesitas, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan minum-minuman yang beralkohol dan stres kejiwaan. Upaya yang bisa dilakukan untuk menyembuhkan penyakit hipertensi selain dengan obat-obatan adalah dengan melakukan perilaku gaya hidup sehat.

Risiko hipertensi dapat ditangani dengan cara melakukan upaya preventif modifikasi gaya hidup sehat. 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 berusaha untuk melaksanakan upaya preventif. Motivasi secara umum mengacu pada adanya kekuatan dorongan yang menggerakkan kita untuk melakukan sesuatu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis perilaku gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik yang dilakukan *cross-sectional* pada Februari-Juni 2020. Teknik pengumpulan data adalah kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi berusia 35 sampai > 75 tahun. Pemilihan populasi adalah responden yang masih melakukan pemeriksaan rutin di Puskesmas Gedongan wilayah Kota Mojokerto selama 3 bulan terakhir yaitu bulan Januari 2020 - maret 2020. Sampelnya adalah pasien hipertensi yang bisa di telfon dan bersedia menjadi responden dipenelitian ini yang berjumlah 107 orang. Jenis pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *Simple Random Sampling*. Analisis data menggunakan analisis jalur (*Path Analysis*) dengan Uji *partial least square* (PLS).

Hasil uji PLS pada karakteristik individu terhadap motivasi didapatkan nilai T statistik 3,845 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh yang signifikan. Pengaruh karakteristik individu dengan perilaku gaya hidup sehat didapatkan nilai T statistik 0,466 ($T < 1.98$) artinya tidak ada pengaruh yang signifikan. Pengaruh faktor personal dengan motivasi didapatkan nilai T statistik 0,129 ($T < 1.98$) artinya tidak ada pengaruh secara signifikan. Pengaruh faktor personal dengan perilaku gaya hidup sehat didapatkan nilai T statistik 2,084 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh secara signifikan.

Pengaruh faktor lingkungan dengan motivasi didapatkan nilai T statistik 7,021 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh secara signifikan. Pengaruh faktor lingkungan dengan perilaku gaya hidup sehat didapatkan nilai T statistik 4,653 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh secara signifikan. Pengaruh motivasi dengan perilaku gaya hidup sehat didapatkan nilai T statistik 4,410 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh secara signifikan.

Pengaruh karakteristik individu dengan perilaku gaya hidup sehat melalui motivasi didapatkan nilai T statistik 2,790 ($T < 1.98$) artinya ada pengaruh yang signifikan. Pengaruh faktor personal dengan perilaku gaya hidup sehat melalui motivasi didapatkan nilai T statistik 0,358 ($T < 1.98$) artinya tidak ada pengaruh secara signifikan. Pengaruh faktor personal dengan perilaku gaya hidup sehat melalui motivasi didapatkan nilai T statistik 4,280 ($T > 1.98$) artinya ada pengaruh secara signifikan.

Upaya yang dilakukan adalah membuat program pemberdayaan keluarga sadar hipertensi (GADARSI) agar lebih mengerti mengenai pentingnya pemberian dukungan dan motivasi dari keluarga untuk penderita hipertensi agar menjalankan perilaku gaya hidup sehat. Membuat *self help group* (SHG) atau kelompok swabantu sebagai metode edukasi atau promotif untuk meningkatkan keyakinan dan pengetahuan masyarakat dalam mengontrol hipertensi.

Kesimpulan : Motivasi internal bisa muncul karena adanya dorongan dari pendidikan, pekerjaan dan penghasilan seseorang sehingga timbul perilaku gaya hidup sehat. Motivasi muncul karena pengaruh faktor lingkungan dan karakteristik individu yang mempengaruhi personal seseorang. Personal seseorang terdapat konsep diri yaitu *self efficacy* dan *self regulation* sebagai inti dari pola kepribadian yang akan menentukan perilaku individu.