

HUBUNGAN FAKTOR LINGKUNGAN DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT DIMEDIASI FAKTOR PERSONAL PADA PASIEN HIPERTENSI BERBASIS *SOCIAL COGNITIVE THEORY*

The Relationship Of Environmental Factors With Healthy Lifestyle Compliance Mediated By Personal Factors In Hypertensive Patients Based On Social Cognitive Theory

Nurul Khusnul Khotimah¹, Kusnanto², Harmayetty

¹Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

²Universitas Airlangga

*) nurul.khusnul@uin-alauddin.ac.id dan 081337063533)

ABSTRACT

Most patients with hypertension were found to have a low level of adherence to a healthy lifestyle. According to Social Cognitive theory that environmental factors are one that influences a person's behavior and these environmental factors can influence personal factors and then personal factors affect lifestyle compliance. The purpose of knowing the relationship between environmental factors and healthy lifestyle adherence mediated by personal factors in hypertensive patients based on social cognitive theory. The method uses a descriptive analysis approach with explanatory research and uses survey methods. Analysis using PLS. The results of PLS analysis have a relationship between environmental factors and personal factors obtained by the path coefficient value of 0.259 and T statistic of 4.523 ($T > 1.96$). There is a relationship between environmental factors and compliance with path coefficient values of 0.573 and T statistics 11.634 ($T > 1.96$). There is a relationship between personal factors and compliance, the path coefficient value is 0.192 and the T statistic is 3.152 ($T > 1.96$). and conclusion There is a relationship between environmental factors and healthy lifestyle compliance both directly and through the mediation of personal factors.

Keywords: *Complian, Environmental Factors, Hypertension, Lifestyle, Personal Factors*

ABSTRAK

Sebagian besar pasien yang mengalami hipertensi ditemukan memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup sehat yang tergolong rendah. Menurut *Social Cognitive theory* bahwa factor lingkungan merupakan salah satu yang mempengaruhi perilaku seseorang dan factor lingkungan ini bisa mempengaruhi factor personal dan kemudian factor personal mempengaruhi kepatuhan gaya hidup. Tujuan mengetahui hubungan antara factor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat yang dimediasi factor personal pada pasien hipertensi berbasis *social cognitive theory*. Metode menggunakan pendekatan analisis deskriptif dengan penelitian explanatory research dan menggunakan metode survey. Analisis menggunakan PLS. Hasil analisis PLS ada hubungan faktor lingkungan dengan faktor personal didapatkan nilai koefesien jalur 0.259 dan T statistic 4.523 ($T > 1.96$). Ada hubungan faktor lingkungan dengan kepatuhan didapatkan nilai koefesien jalur 0.573 dan T statistic 11.634 ($T > 1.96$). Ada hubungan faktor personal dengan kepatuhan didapatkan nilai koefesien jalur 0.192 dan T statistic 3.152 ($T > 1.96$). dan kesimpulan ada hubungan antara factor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat baik secara langsung maupun melalui mediasi factor personal.

Kata kunci : Faktor Lingkungan, Faktor Personal, Gaya Hidup, Hipertensi, Kepatuhan

PENDAHULUAN

Sebagian besar pasien yang mengalami hipertensi ditemukan memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup sehat yang tergolong rendah (Purwanto & Sari 2014). Penelitian gaya hidup pasien hipertensi di Indonesia didapatkan gaya hidup sehat 0%, gaya hidup kurang sehat 28% dan tidak sehat 72%. Pasien yang gaya hidup kurang sehat memiliki tekanan darah 24% stage I dan 4% stage II serta kategori gaya hidup tidak sehat 17% stage I, 24% stage II dan 31% stage III. Gaya hidup yang dimaksud pada penelitian ini dinilai dari kebiasaan merokok, konsumsi garam, stress, aktifitas fisik,

kebiasaan makan makanan cepat saji dan konsumsi alcohol (Triwibowo 2010).

Tidak patuhnya pasien hipertensi terhadap gaya hidup sehat mengakibatkan tidak terkontrolnya tekanan darah. Tekanan darah sistolik dan diastolik harus selalu dikontrol agar tetap dalam batas normal karena komplikasi hipertensi akan terjadi apabila tekanan darah tidak dikendalikan. Data Dinas Kesehatan Propinsi NTB yang diambil dari profil kesehatan NTB (2016) pada usia lebih dari 18 tahun bahwa hipertensi menduduki posisi ke 3 penyakit terbanyak di Puskesmas sebanyak 148,959 penderita. Data

dari Dinas Kesehatan Kota Bima dilaporkan penderita hipertensi di Puskesmas Kota Bima tahun 2016 sebanyak 6502 dan tahun 2017 menjadi 7552, hal ini membuktikan kecenderungan meningkatnya jumlah penderita hipertensi di Kota Bima.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ariyanto dkk (2006) bahwa konsumsi garam dan ikan laut memiliki hubungan terhadap kejadian hipertensi.

Penatalaksanaan hipertensi saat ini masih berfokus pada farmakologi. Tindakan farmakologi dengan pemberian obat anti hipertensi efektif dapat menurunkan tekanan darah tetapi hasil penelitian lainnya dilaporkan sebanyak 36% yang mengkonsumsi captopril dan 45% pasien yang mengkonsumsi obat amlodipine mengalami bengkak pada kaki, pusing, mual lemas dan gangguan pada lambung (Kristanti 2015). Tindakan non farmakologi modifikasi gaya hidup sudah terbukti berhasil dapat menurunkan tekanan darah dan meminimalkan komplikasi akibat hipertensi serta tidak memiliki efek samping. Hasil penelitian melaporkan bahwa pola makan yang sehat (rendah garam) dapat menurunkan 3 mmHg tekanan sistol, menurunkan resiko 8% kematian akibat stroke dan 5% akibat kerusakan pembuluh darah (Appel, et al. 2006). Konsumsi buah dan sayuran menurunkan 5 mmHg untuk sistol, mengurangi konsumsi alkohol kurang dari 2 gelas perhari 3,3 mmHg sistolik (M.Hedge & Scott D. Solomon 2015) dan rutin melakukan aktifitas fisik menurunkan 5-7 mmHg sistol (Primatesta, et al. 2001). Perilaku kepatuhan gaya hidup sehat sangat diperlukan agar pasien hipertensi menerapkan gaya hidup sehat sehingga tekanan darah dapat dikontrol dan komplikasi tidak terjadi.

Menurut *social cognitive theory* bahwa factor lingkungan merupakan salah satu yang mempengaruhi perilaku seseorang dan factor lingkungan ini bisa mempengaruhi factor personal dan kemudian factor personal mempengaruhi kepatuhan gaya hidup. Saat ini penelitian tentang hubungan factor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat yang dimediasi oleh factor personal dengan *berbasis social cognitive theory* belum dapat dijelaskan sehingga peneliti tertarik untuk meneliti tentang ini. Tujuan menjelaskan hubungan factor lingkungan dengan factor personal pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima. Menjelaskan hubungan factor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima. Menjelaskan hubungan factor personal dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima.

METODE

Peneliti ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimen. Jenis pendekatan yang peneliti

gunakan adalah jenis pendekatan analisis deskriptif dengan penelitian *explanatory research* dan menggunakan metode *survey*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien hipertensi yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima yang dilakukan dari Desember 2017 sampai dengan Januari 2018.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Pada penelitian ini peneliti menggunakan *probability sampling*, yaitu *sample random sampling*. Responden dipilih secara acak berdasarkan pasien yang nomor ganjil pada setiap pasien hipertensi yang berkunjung. Sampel yang diperlukan untuk masing-masing puskesmas yang dihitung dengan menggunakan alokasi proporsional. Total sampel 239 yang diperoleh dari 5 Puskesmas di Kota Bima.

HASIL

Dalam penelitian ini terbagi menjadi 3 tahapan. Tahapan yang pertama adalah tahap validitas.

Tabel 1.1 Hasil *Outor loading*

Indikator	Variabel Laten		
	Faktor Personal	Faktor Lingkungan	Kepatuhan
Persepsi			
Self efikasi	0.893		
Self regulasi	0.813		
Dukungan keluarga		-0.312	
Dukungan teman		0.875	
Dukungan petugas kesehatan		0.629	
Kepatuhan			1.000

Indikator validitas dilihat dari nilai *outer loading*. Bila *Outer loading* suatu indikator $>0,5$, maka indikator tersebut dikatakan valid. Sebaliknya jika nilai *outer loading* indikatornya $<0,5$ maka indikator tersebut dikatakan tidak valid dan harus dikeluarkan dari rancangan model.

Faktor lingkungan terdiri dari 3 indikator yaitu dukungan keluarga tidak valid sedangkan dukungan petugas kesehatan dan dukungann teman yang nilainya $>0,5$. Faktor personal terdiri dari self efikasi dan self regulasi valid semua $>0,5$ dan kepatuhan Valid 0,5.

Tahap ke 2 reliabilitas konstruk diuji menggunakan *smartPLS* memiliki aturan bahwa konstruk yang digunakan memiliki nilai *composite reliability* $>0,7$ dan nilai *Cronbach's Alpha* $>0,6$. Namun jika nilai *Cronbach's Alpha* kurang memenuhi, kategori *reliable* didapatkan dari nilai *Composite Reliability* (Ghozali, 2014).

Table 1.2 nilai realibilitas

N o	Variabel	Composite Reliability	Cronbach's Alpha	Keterangan
1.	Faktor personal	0.844	0.634	Reliable
2.	Faktor lingkungan	0.744	0.348	Reliable
3.	Kepatuhan	1.00	1.00	Reliable

Nilai Composite Reliability dari karakteristik individu, faktor personal, faktor lingkungan dan kepatuhan menunjukkan > 0.7. Faktor lingkungan nilai Cronbach's Alpha <0.6 namun dikarenakan nilai Composite Reliability >0.7 maka variabel karakteristik individu dan faktor lingkungan dikatakan reliable.

Tahap ke 3 yaitu Evaluasi inner model untuk menguji hipotesis penelitian. Hipotesis penelitian dapat diterima jika nilai T statistik > T tabel. Nilai T tabel pada tingkat kesalahan 5% adalah 1.96. Nilai koefisien jalur dan nilai T hitung pada inner model disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 1.3 Hasil evaluasi *outor model*

No	Hubungan	Path Coefisien	Standar deviasi	T Statistik	Keterangan
1.	Faktor lingkungan terhadap faktor personal	0.259	0.057	4.523	Signifikan
2.	Faktor lingkungan terhadap kepatuhan gaya hidup sehat	0.573	0.049	11.634	Signifikan
3.	Faktor personal terhadap kepatuhan gaya hidup sehat	0.192	0.061	3.152	Signifikan

Hasil analisis PLS tentang hubungan faktor lingkungan dengan faktor personal didapatkan nilai koefisien jalur 0.259 dan T statistic 4.523 (T>1.96). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel faktor lingkungan dengan faktor personal. Tanda positif pada nilai Path Coefisien menandakan adanya hubungan yang searah sehingga dapat diartikan bahwa semakin kuat faktor lingkungan maka faktor personal akan semakin kuat.

Hasil analisis PLS tentang hubungan faktor lingkungan dengan kepatuhan didapatkan nilai koefisien jalur 0.573 dan T statistic 11.634 (T>1.96). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel faktor lingkungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat. Tanda positif pada nilai Path Coefisien menandakan adanya hubungan yang searah sehingga dapat diartikan bahwa semakin kuat faktor lingkungan maka kepatuhan akan semakin meningkat.

Hasil analisis PLS tentang hubungan faktor

personal dengan kepatuhan didapatkan nilai koefisien jalur 0.192 dan T statistic 3.152 (T>1.96). Hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara variabel faktor personal dengan kepatuhan. Tanda positif pada nilai Path Coefisien menandakan adanya hubungan yang searah sehingga dapat diartikan bahwa semakin kuat faktor personal maka kepatuhan akan semakin meningkat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor lingkungan dengan faktor personal. Indikator dari faktor lingkungan yang sudah valid dan berhubungan dengan faktor personal adalah dukungan teman dan dukungan petugas kesehatan serta faktor personal yang sudah valid adalah self efikasi dan self regulasi.

Dukungan lingkungan dicerminkan oleh dukungan teman yang masih rendah dibuktikan dengan masih ada teman yang tidak memberi dukungan agar responden melakukan gaya hidup sehat, masih ada teman yang tidak peduli dengan kondisi responden. Dukungan petugas kesehatan dicerminkan oleh petugas kesehatan belum memberikan informasi, masih berfokus pada obat-obatan, sarana olahraga masih kurang, dan control pasien yang belum ada.

Signifikan Bandura dalam teori *Social cognitive theory* (2004) menjelaskan bahwa faktor lingkungan mempengaruhi faktor personal. Faktor lingkungan sangat menentukan faktor personal.

Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor lingkungan dengan kepatuhan. Faktor lingkungan yang valid terdiri dari dukungan teman dan dukungan petugas kesehatan dalam meningkatkan kepatuhan gaya hidup sehat. Menurut bandura (2007) bahwa dalam melakukan promosi kesehatan dalam rangka merubah perilaku menjadi perilaku sehat yaitu dengan dukungan petugas kesehatan, dalam hal ini memberikan dukungan dalam hal penyediaan jalur komunikasi kesehatan yang dapat merubah kebiasaan kesejatan dan menggunakan media seperti memberi tahu, memodelkan dan memotivasi dan memandu individu dalam proses perubahan baik itu membuat jejaring sosial dan pengaturan komunitas dimana tempat-tempat khusus ini terus dibimbing secara intensif. Kamerrer, et al. (2007) mengemukakan bahwa faktor penting dalam kepatuhan terhadap program-program medis yaitu adanya dukungan sosial dalam bentuk dukungan emosional dari anggota keluarga yang lain, teman, waktu dan uang mmenyebabkan mereka dapat menghilangkan godaan pada ketidakpatuhan, dan mereka seringkali dapat menjadi kelompok pendukung untuk mencapai kepatuhan (Hidayati 2012).

Hubungan Antara Faktor personal dengan

kepatuhan. Banyak responden yang menjawab tidak yakin untuk tidak mengonsumsi makanan tinggi garam dan lemak serta sangat setuju mudah menyerah pada niat akan, banyak yang menjawab tidak yakin untuk makan-makanan tanpa penyedap, tidak yakin dan mudah menyerah untuk olahraga secara tertaur 3 kali dalam 1 minggu dan responden laki-laki banyak yang menjawab sangat yakin dan tidak dapat menolak ketika ditawarkan merokok akibatnya responden mengonsumsi makanan mengandung garam, penyedap, makanan yang berlemak, olahraga kurang dari 3 kali dalam 1 minggu dan masih merokok untuk responden laki-laki. Hal tersebut mencerminkan self efikasi dan self regulasi yang masih rendah yang berakibat tidak patuhnya responden pada gaya hidup sehat.

Hasil penelitian menggunakan PLS menunjukkan adanya hubungan antara faktor personal yang terdiri dari self efikasi dengan self regulasi dengan kepatuhan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anderson ES (2006) yang membuktikan bahwa ada hubungan antara self efikasi dan self regulasi terhadap perubahan perilaku kesehatan berkaitan dengan aktifitas fisik. Self efikasi dan self regulasi adalah akar dari teori bandura dalam sosial cognitive theory dimana rendahnya self efikasi seseorang akan mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak. Individu yang memiliki self efikasi yang kuat dalam dirinya akan melakukan usaha yang besar dalam menghadapi tantangan. Kegigihan yang kuat yang mendukung pencapaian suatu perubahan yang optimal dan self efikasi akan berpengaruh terhadap aktifitas yang dipilih.

Self regulasi adalah cara bagaimana

manusia mampu mengatur dirinya sendiri, nantinya berpengaruh terhadap perilakunya (Bandura 1997 dalam Shofiya & Raudatussalamah 2004). Self regulasi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu eksternal yaitu dukungan lingkungan dan internal yang berasal dari diri sendiri seperti motivasi dan pengetahuan yang nantinya akan menciptakan suatu bentuk perilaku yang baru. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Prabaningrum C (2016) bahwa ada hubungan antara self regulasi dengan kepatuhan dalam menjalankan diet.

KESIMPULAN

Faktor personal memiliki hubungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima. Faktor lingkungan memiliki hubungan dengan faktor personal pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima. Faktor lingkungan memiliki hubungan dengan kepatuhan gaya hidup sehat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Bima.

SARAN

Intervensi untuk meningkatkan kepatuhan gaya hidup sehat oleh petugas kesehatan berbasis *social cognitive theory* perlu dilakukan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada pihak yang sudah membantu peneliti selama proses penelitian diantaranya dosen pembimbing saya pak Kusnanto dan Bu Harmayetty serta dinas kesehatan kota Bima serta pihak-pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Appel, LJ, Brands, MW, Daniels, SR, Karanja, N, Elmer, PJ and Sacks, FM 2006, 'Dietary approaches to prevent and treat hypertension: A scientific statement from the American Heart Association', *Hypertension*, Vol.47 No.2, Hal. 296–308, diakses 16 Oktober 2017, <<https://doi.org/10.1161/01.HYP.0000202568.01167.B6>>.
- Arianto, 2006, 'Faktor-faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada nelayan di pelabuhan Tegal, Tesis, Universitas Diponegoro, Semarang
- Bandura, A 2004, 'Health education and behavior', diakses 13 Oktober 2017, < <https://doi.org/10.1177/1090198104263660>>.
- Kristanti, P 2015, 'fektifitas dan efek samping penggunaan obat antihipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Kalirungkut Surabaya', *Jurnal Ilmiah*, Vol.4, No.2, Hal. 1–13.
- M.Hedge, S and Scott DS 2015, 'Influence of physical activity on hypertension and cardiac structure and function', Vol. 14 No.11, Hal. 871–882, diakses 2 Desember 2017 <<https://doi.org/10.1111/obr.12065.Variation>>.
- Purwanto, AV and Sari, KA 2014, 'Tingkat Kepatuhan Pengobatan Dan Perubahan Gaya Hidup Sehat Pasien Hipertensi'. *Ism*, Vol.5 No.1, Hal.1–10.

Hidayanty, H, Bardosono, S, Khusun, H, Damayanti, R and Kolopaking, R 2016,' A social cognitive theory-based programme for eating patterns and sedentary activity among overweight adolescents in Makassar, South Sulawesi: A cluster randomised controlled trial' *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, Hal. S83–S92, diakses 25 Oktober 2017, < <https://doi.org/10.6133/apjcn.122016.s7>>.

Shofiah, V and Raudatussalamah 2014,'Self- efficacy dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter (Aplikasi Pembelajaran Mata Kuliah Akhlak Tawasuf)', *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, Vol.17 No.2, Hal. 214–229.