

SKRIPSI

**PENGARUH PENGUATAN *SELF EFFICACY* BERBASIS BUDAYA
TERHADAP MANAJEMEN PERAWATAN DIRI DAN TEKANAN
DARAH PASIEN HIPERTENSI ESENSIAL DI PUSKESMAS
PASIR PANJANG KOTA KUPANG**



OLEH

AVENITA AVELIANA UKAT

PO5303209211429

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Avenita Aveliana Ukat

NIM : PO5303209211429

Jurusan : Keperawatan

Porgam Studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul Skripsi : “Pengaruh Penguatan *Self Efficacy* Bebrbasis Budaya Terhadap Manajemen Perawatan Diri Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang”

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil kerja saya sendiri dan tidak merupakan salinan dari karya orang lain. Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran penuh, dan jika di kemudian hari terbukti terdapat unsur plagiarisme dalam skripsi ini, saya bersedia untuk merpertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kupang, 21 Juli 2025



Avenita Aveliana Ukat

PO5303209211429

PERSETUJUAN PEMBIMBING

“Pengaruh Penguatan *Self Efficacy* Berbasis Budaya Terhadap Manajemen Perawatan Diri Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang”

Disusun Oleh :

Avenita Aveliana Ukat

PO5303209211429

Telah disetujui oleh pembimbing untuk uji/ seminar pada tanggal:

Kupang, 29 Agustus 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Dr. Aemilianus Mau., S. Kep., Ns., M. Kep

NIP. 197205271998031001

Simon Sani Kleden., S. Kep., Ns., M. Kes

NIP. 19740906199703100

Mengesahkan
Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Florentianus Tat., SKp., M. Kes

NIP. 196911281993031005

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan

Ns. Yoany M. V. B Aty., S. Kep., M. Kep

NIP. 197908052001122001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

"Pengaruh Penguatan *Self Efficacy* Berbasis Budaya Terhadap Manajemen Perawatan
Diri Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial
Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang"

Disusun Oleh:

Avenita Aveliana Ukat

PO5303209211429

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : Kupang, 29 Agustus 2025

Mengesahkan,

Penguji,
Margareta Teli, S.Kep.,Ns.,MSc.,Ph-PhD
NIP. 197707272000032002

(.....)

Pembimbing Pendamping,
Simon Sani Kleden.,S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 19740906199703100

(.....)

Pembimbing Utama,
Dr. Aemilianus Mau., S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 197205271998031001

(.....)

Mengesahkan
Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, SKp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan

 

Ns. Yoani M. V. B. Aty.,S.Kep.,M.Kep
NIP. 197908052001122001

BIODATA PENULIS

I. IDENTITAS

Nama	: Avenita Aveliana Ukat
Tempat Tanggal Lahir	: Kupang, 23 November 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Katolik
Kewarganegaraan	: Indonesia
Alamat	: JL. R.A Kartini, RT/RW 018/008, Kelurahan Kelapa Lima, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur
Email	: avenitaiukat120@gmail.com
Nomor HP	: 082247555422



II. RIWAYAT PENDIDIKAN

TK Siloam Kota Baru	: Lulus Tahun 2008
SDI Bertingkat Kelapa Lima 2	: Lulus Tahun 2015
SMP Negeri 16 Kota Kupang	: Lulus Tahun 2018
SMA Negeri 2 Kouta Kupang	: Lulus Tahun 2021
Poltekkes Kemenkes Kupang	: Sejak 2021 berkuliah di Jurusan Keperawatan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

MOTTO

PENGKHOTBAH 31:6

Kuatkan dan teguhkanlah hatimu, janganlah takut dan jangan gemetar karena mereka, sebab TUHAN, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau; Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau."

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan berbagai petunjuk, kemudahan serta karunia yang tak terhingga kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penguatan *Self Efficacy* Berbasis Budaya Terhadap Manajemen Perawatan Diri Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang” dengan baik.

Skripsi ini penulis susun untuk memnuhi salah satu syarat dalam menempuh sidang skripsi guna memperoleh gelar sarjana Terapan Keperawatan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapat banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak.

Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Aemilianus Mau., S.Kep., Ns, M.,Kep, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan proposal penelitian ini dan terima kasih kepada Bapak Simon Sani Kleden., S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan proposal ini, serta Ibu Margareta Teli., S.Kep., Ns, M.Sc., PH.,PhD, selaku penguji yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis. Penulis Juga mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan in penulis mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Bapak Irfan, SKM.,M.Kes, Selaku Direktur Politeknik Kementerian Kesehatan Kupang.
- 2) Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kep., M.Kes, Selaku ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerin Kesehatan Kupang.
- 3) Ibu Ns. Yoani Maria Vivi Bitu Aty, S.Kep., M.Kep., Selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
- 4) Ibu Kori Limbong, S.Kep., Ns., M.Sc, Selaku pembimbing akademik yang selalu mendukung, memotivasi penulis untuk senantiasa tetap semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

- 5) Cinta pertama Bapak Siprianus Ukat, dan pintu surga Mama Blandina Bidjae selaku orang tua penulis, yang selalu mendoakan dan memotivasi penulis untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa. Terimakasih atas segala cinta, pengorbanan dan dukungannya baik secara material maupun moril hingga terselesaikannya skripsi ini.
- 6) Orang-Orang tersayang Bapak Oskar, Mama Vero, Kakak Melda, Adik Elsa, Adik Esty, Adik Elsy, terimakasih atas segala cinta, pengorbanan dan dukungannya baik secara material maupun moril hingga terselesaikannya skripsi ini.
- 7) Seluruh Dosen Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi selama ini.
- 8) Kepada teman-teman angkatan VI Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan jurusan keperawatan yang telah memberikan informasi, motivasi, semangat, dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 9) Terakhir, untuk diri saya sendiri, Avenita Aveliana Ukat. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. Terimakasih sudah memilih berusaha dan merayakan diri sendiri sampai di titik ini, walau terkadang merasa putus asa atas apa yang telah diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada.

Penulis menyadari adanya keterbatasan di dalam penyusunan skripsi ini. Besar harapan penulis akan kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berharap proposal skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca sekalian.

Kupang, 29 Agustus 2025

Penulis

ABSTRAK

“PENGARUH PENGUATAN *SELF EFFICACY* BERBASIS BUDAYA TERHADAP MANAJEMEN PERAWATAN DIRI DAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI ESENSIAL DI PUSKESMAS PASIR PANJANG KOTA KUPANG”

Avenita Aveliana Ukat¹ Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep² Simon Sani Kleden.,S.Kep.,Ns.,M.Kes³ Margareta Teli., S.Kep., Ns, M.Sc., PH.,PhD⁴;

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan-Poltekkes Kupang

² Dosen Jurusan Keperawatan

³ Dosen Jurusan Keperawatan

⁴ Dosen Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Kupang

Email: avenitaukat120@gmail.com

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang dijuluki *silent killer* karena sering tanpa gejala namun berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung. Di Puskesmas Pasir Panjang, Kota Kupang, terjadi peningkatan signifikan kasus hipertensi dalam satu tahun terakhir. Kondisi ini diduga dipengaruhi oleh rendahnya manajemen perawatan diri yang berkaitan dengan *self-efficacy* yang lemah serta kebiasaan budaya lokal, seperti konsumsi garam tinggi, minuman beralkohol tradisional, dan gaya hidup tidak aktif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penguatan *self-efficacy* berbasis budaya terhadap manajemen perawatan diri dan tekanan darah pada pasien hipertensi esensial. **Metode:** Penelitian menggunakan desain pra eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Sampel berjumlah 35 responden yang dipilih secara *simple random sampling*. Intervensi berupa penguatan *self-efficacy* berbasis budaya lokal menurut teori Bandura (1997), diberikan selama dua minggu. Instrumen penelitian meliputi kuesioner manajemen perawatan diri dan pengukuran tekanan darah menggunakan *spygmanometer* manual. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil:** menunjukkan bahwa intervensi secara signifikan memperbaiki perilaku manajemen perawatan diri, dan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** ada pengaruh penguatan *self-efficacy* berbasis budaya dalam meningkatkan manajemen perawatan diri dan pengendalian tekanan darah. Pendekatan ini layak diterapkan dalam pelayanan keperawatan komunitas, khususnya di wilayah dengan pengaruh budaya yang kuat.

Kata Kunci: *Self efficacy*, Budaya, Hipertensi, dan Manajemen Perawatan Diri

ABSTRACT

"THE EFFECT OF CULTURE-BASED SELF-EFFICACY STRENGTHENING ON SELF-CARE MANAGEMENT AND BLOOD PRESSURE IN PATIENTS WITH ESSENTIAL HYPERTENSION AT THE PASIR PANJANG PUBLIC HEALTH CENTER IN KUPANG CITY"

Avenita Aveliana Ukat¹ Dr. Aemelianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep² Simon Sani
Kleden.,S.Kep.,Ns.,M.Kes³ Margareta Teli., S.Kep., Ns, M.Sc., PH., PhD⁴ ;

¹Student, Bachelor of Applied Nursing Program, Poltekkes Kemenkes Kupang

² Lecturer of Nursing Department

³ Lecturer of Nursing Department

⁴ Lecturer of Nursing Department

Health Polytechnic of the Ministry of Health, Kupang

E-mail: avenitaukat120@gmail.com

Background: Hypertension is a non-communicable disease known as a silent killer because it often presents without symptoms yet carries a high risk of serious complications such as stroke and heart disease. At Pasir Panjang Public Health Center in Kupang City, a significant increase in hypertension cases has been observed over the past year. This condition is suspected to be associated with poor self-care management, which is influenced by low self-efficacy and cultural factors such as high salt consumption, traditional alcoholic beverages, and a sedentary lifestyle. **Objective:** This study aims to analyze the effect of culture-based self-efficacy enhancement on self-care management and blood pressure in patients with essential hypertension. **Methods:** This study employed a pre-experimental design with a pretest-posttest approach without a control group. A total of 35 respondents were selected using simple random sampling. The intervention consisted of culturally-based self-efficacy enhancement, guided by Bandura's theory (1997), and was administered over a period of two weeks. Research instruments included a self-care management questionnaire and blood pressure measurement using a manual sphygmomanometer. Data analysis was carried out using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** The results showed that the intervention significantly improved self-care management behavior and reduced blood pressure in hypertensive patients ($p < 0.05$). **Conclusion:** Culture-based self-efficacy enhancement is effective in improving self-care management and controlling blood pressure. This approach is recommended for use in community nursing services, especially in areas strongly influenced by local culture.

Keywords: Self-efficacy, Culture, Hypertension, Self-care management

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
BIODATA PENULIS	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan umum	5
1.3.2 Tujuan khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penulisan.....	7
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Tekanan Darah	11
2.1.1 Definisi Tekanan Darah.....	11
2.1.2 Faktor Yang Mempertehankan Tekanan Darah.....	11
2.1.3 Fisiologi Tekanan darah	12
2.1.4 Metode Pengukuran Tekanan darah.....	13

2.2 Konsep Hipertensi.....	14
2.2.1 Definisi Hipertensi	14
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi.....	14
2.2.3 Etiologi Hipertensi	15
2.2.4 Tanda Dan Gejala Hipertensi.....	15
2.2.5 Patofisiologi Hipertensi	16
2.2.6 Faktor Risiko Hipertensi.....	17
2.2.7 Komplikasi Hipertensi	20
2.2.8 Pemeriksaan Penunjang Hipertensi.....	21
2.2.9 Penatalaksanaan Hipertensi.....	21
2.2.10 Pencegahan Hipertensi.....	23
2.3 Konsep <i>Self Efficacy</i>	24
2.3.1 Definisi <i>Self Efficacy</i>	24
2.3.2 Dimensi <i>Self Efficacy</i>	24
2.3.3 Sumber-sumber <i>self efficacy</i>	25
2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	26
2.3.5 Proses-Proses Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	28
2.3.6 Instrumen <i>Self Efficacy</i>	29
2.4 Konsep Manajemen Perawatan Diri	29
2.4.1 Definisi Manajemen Perawatan Diri.....	29
2.4.2 Tujuan Manajemen Perawatan Diri	30
2.4.3 Komponen Manajemen Perawatan Diri	30
2.4.4 Perilaku Pengelolaan Manajemen Perawatan Diri.....	32
2.4.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Manajemen Perawatan Diri	33
2.5 Konsep Budaya Dalam Keperawatan.....	34
2.5.1 Pengertian Budaya.....	34
2.5.2 Komponen Budaya Dalam Keperawatan	35
2.5.3 Nilai-Nilai Budaya Dalam Keperawatan.....	36
2.5.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi budaya dalam keperawatan	37
2.6 Kerangka Teori.....	44
2.7 Kerangka Konseptual	45
2.8 Hipotesis Penelitian	45

BAB III	46
METODE PENELITIAN.....	46
3.1 Desain Penelitian.....	46
3.2 Populasi, Sample, Dan Teknik Sampling	46
3.2.1 Populasi.....	46
3.2.2 Sample.....	46
3.2.3 Teknik Sampling.....	47
3.3 Variabel Penelitian.....	48
3.4 Definisi Operasional	48
3.5 Instrumen Penelitian Dan Uji Validitas Dan Realibilitas	50
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	51
3.6.1 Tahap Perencanaan.....	51
3.6.2 Tahap Pelaksanaan	52
3.7 Analisis Dan Pengelolaan Data.....	54
3.9.1 Analisis Data	54
3.9.2 Pengelolaan Data	54
3.8 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	55
3.8.1 Lokasi Penelitian	55
3.8.2 Waktu Penelitian.....	55
3.9 Etika Penelitian	56
BAB IV	58
HASIL DAN PEMBAHASAN	58
BAB V.....	72
PENUTUP	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penulisan	7
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	15
Tabel 3. 1 Desain Penelitian.....	46
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	48
Tabel 4. 2 Manajemen Perawatan Diri Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	61
Tabel 4. 3 Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial Sebelum dan Setelah Intervensi	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	44
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	79
Lampiran 2 Lembar <i>Informant Consent</i>	80
Lampiran 3 Lembar Acc Judul.....	81
Lampiran 4 Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal	82
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Penguatan Self Efficacy Berbasis Budaya.....	83
Lampiran 6 Kuesioner Penelitian.....	84
Lampiran 7 Sop Penggunaan <i>Spygmanometer</i> Manual (Aneroid) 87	87
Lampiran 8 Media Buku Saku	88
Lampiran 9 Surat Kelayakan Etik	89
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian	90
Lampiran 11 Surat Selesai Penelitian.....	91
Lampiran 12 Uji Normalitas Data	92
Lampiran 13 Hasil Tabulasi Frekuensi	93
Lampiran 14 Lembar Konsultasi.....	97
Lampiran 15 Hasil Uji Turnitin.....	99
Lampiran 16 Dokumentasi Penelitian	100