

ABSTRAK

Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diit Rendah Garam pada Lansia Hipertensi di Puskesmas IV Denpasar Selatan

Ni Wayan Citra Dewi¹, Sang Ayu Ketut Candrawati², Ni Wayan Suniyadewi³

Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan cara menjalani program terapi pasien hipertensi meliputi diit rendah garam, pasien hipertensi lebih kesulitan dalam mematuhi diit dibandingkan dengan program terapi lainnya, karena mematuhi diit berarti mengubah gaya hidup. *Self efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien mematuhi diit. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi. Jenis penelitian *deskriptif korelasional* dengan rancangan *cross-sectional study*. Sampel adalah lansia hipertensi sebanyak 93 orang dipilih dengan *purposive sampling*. Alat yang digunakan mengumpulkan data adalah kuesioner, analisis menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian efikasi diri sebagian besar yaitu 46 orang (49,5%) tinggi, kepatuhan diit rendah garam sebagian besar yaitu 57 orang (61,3%) tinggi. Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan angka p value sebesar 0,000 menunjukkan ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi, nilai *Coefisien corelation* 0,845 menunjukkan korelasi yang kuat dengan arah positif. Efikasi diri yang tinggi membuat pasien merasa mampu mengontrol pilihan makanannya, menghindari makanan tinggi garam, dan menjalani pola hidup sehat secara konsisten, hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri dalam menghadapi hipertensi berperan langsung terhadap perilaku kepatuhan terhadap diit yang dianjurkan. Puskesmas disarankan membuat program penanganan kepatuhan diit rendah garam dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan leaflet.

Kata kunci : Efikasi Diri, Kepatuhan Diit Rendah Garam, Lansia Hipertensi

ABSTRACT

The Relationship Between Self-Efficacy and Compliance with a Low-Salt Diet in Elderly Hypertensive Patients at Puskesmas IV South Denpasar

Ni Wayan Citra Dewi¹, Sang Ayu Ketut Candrawati², Ni Wayan Suniyadewi³

Hypertension control can be achieved through therapeutic programs, including adherence to a low-salt diet. However, hypertensive patients often find it more difficult to comply with dietary recommendations than with other treatments, as it requires significant lifestyle changes. Self-efficacy is one of the factors that influences patients' adherence to dietary restrictions. This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and compliance with a low-salt diet among elderly patients with hypertension. This was a descriptive correlational study with a cross-sectional design. The sample consisted of 93 elderly hypertensive patients selected using purposive sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed with the Spearman Rank test. The results showed that most participants (46 individuals or 49.5%) had high self-efficacy, and the majority (57 individuals or 61.3%) had high compliance with the low-salt diet. The Spearman Rank test yielded a p-value of 0.000, indicating a significant relationship between self-efficacy and dietary compliance. The correlation coefficient of 0.845 showed a strong positive correlation. High self-efficacy enables patients to feel capable of controlling their food choices, avoiding high-salt foods, and maintaining a healthy lifestyle consistently. This demonstrates that confidence in managing hypertension directly contributes to adherence to the recommended diet. It is suggested that Puskesmas develop a dietary compliance program by providing health education through leaflets.

Keywords: *Self-Efficacy, Low-Salt Diet Compliance, Elderly with Hypertension*