UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN i
PERNYATAAN..... ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI vi
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
ABSTRAK xiv
ABSTRACT xv
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 7
E. Keaslian dan kebaruan Penelitian 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 13
A. Telaah Pustaka 13
1. Hipertensi..... 13
a. Pengertian hipertensi 13
b. Gejala dan tanda 13
c. Klasifikasi hipertensi 14
d. Penatalaksanaan hipertensi 16
1) Pengobatan dan kepatuhan pengobatan..... 18
2) Pengaturan pola makan..... 21
3) Berhenti merokok 22
4) Aktivitas fisik..... 23
5) Pengendalian stres 24

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

2. *Health Coaching* 26
a. Pengertian *coaching* 26
b. Model *coaching* 29
c. Pengertian *health coaching* 34
B. Landasan Teori 37
C. Kerangka Teori 47
D. Kerangka Konsep 48
E. Pertanyaan Penelitian dan Hipotesis 49
BAB III METODE PENELITIAN 50
A. Jenis dan Rancangan Penelitian Umum 50
B. Tahapan Penelitian 51
1. Penelitian tahap 1 (kualitatif) 51
a. Jenis dan rancangan Penelitian 51
b. Lokasi dan waktu Penelitian 51
c. Subyek penelitian 51
d. Metode pengumpulan Data 53
e. Instrumen penelitian 54
f. Analisa data 55
g. Keabsahan dan validitas *(trustworthiness of data)* 55
2. Penelitian tahap 2 (pengembangan model) 57
a. Pengembangan model *coaching* (SEHAT *Coaching Model*) 57
b. Pengembangan modul 58
c. Pelatihan *coach* dan asisten *coach* 60
d. Pengembangan Kuesioner 62
3. Penelitian tahap 3 (kuantitatif) 67
a. Jenis dan rancangan Penelitian 67
b. Lokasi, populasi dan sampel penelitian 68
c. Variabel penelitian 71

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

d. Definisi operasional variabel 71
e. Tahapan penelitian 74
f. Analisa data 77
C. Etika Penelitian 78
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 80
A. Gambaran Lokasi Penelitian 80
B. Hasil Penelitian Kualitatif 81
C. Hasil Pengembangan Model *Health Coaching* Hipertensi 94
D. Hasil Penelitian Kuantitatif 129
E. Pembahasan 141
1. Pembahasan hasil penelitian kualitatif 141
a. Anggapan hipertensi sebagai penyakit ringan 141
b. Kurangnya interaksi petugas dan pasien 142
c. Dukungan tidak terpenuhi 143
d. Adanya kejenuhan pasien 145
e. Tantangan perubahan perilaku yang berbeda-beda 142
2. Pembahasan SEHAT *Coaching Model* 146
3. Pembahasan hasil penelitian kuantitatif 154
a. SEHAT *Coaching Model* dan pengetahuan serta sikap 154
b. SEHAT *Coaching Model* dan efikasi diri 156
c. SEHAT *Coaching Model* dan stres psikologis 157
d. SEHAT *Coaching Model* dan kepatuhan pengobatan 159
e. SEHAT *Coaching Model* dan aktivitas fisik 161
f. SEHAT *Coaching Model* dan pola makan 163
g. SEHAT *Coaching Model* dan tekanan darah 165
4. Kekuatan dan keterbatasan penelitian 167
a. Kekuatan penelitian 167
b. Keterbatasan penelitian 168

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

BAB V PENUTUP 169
A. Kesimpulan 169
B. Saran 170
Ringkasan 173
Summary 183
DAFTAR PUSTAKA 174

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Persamaan dan perbedaan dengan riset lain 9
Tabel 2. Klasifikasi hipertensi dari ISH 2020 14
Tabel 3. Klasifikasi hipertensi dari JNC 7 14
Tabel 4. Kriteria hipertensi berdasarkan tempat pengukuran 15
Tabel 5. Patofisiologi pengaruh gaya hidup terhadap hipertensi 26
Tabel 6. Model-model *coaching* 29
Tabel 7. *PRACTISE coaching model* 31
Tabel 8. Perbedaan karakteristik *health coaching* dengan pendekatan berbasis penyakit tradisional 35
Tabel 9. Topik dan keterampilan pelatihan *health coach* 35
Tabel 10. Penilaian *(Assessment)* awal TTM pada perubahan perilaku 39
Tabel 11. *Template for Intervention Description and Replication (TIDieR)* proses pelatihan dokter dan tenaga promosi kesehatan 61
Tabel 12. Kisi-kisi kuesioner pengetahuan 63
Tabel 13. Hasil uji validitas dengan korelasi *pearson* kuesioner efikasi diri ... 64
Tabel 14. Hasil Uji validitas dengan korelasi *pearson* kuesioner PSS-10 66
Tabel 15. Kisi-kisi kuesioner *hypertension self- care behavior* 67
Tabel 16. Definisi operasional variabel 71
Tabel 17. Intervensi *health coaching* dengan *TIDieR* 75
Tabel 18. Karakteristik informan tenaga kesehatan 82
Tabel 19. Karakteristik informan pasien hipertensi 83
Tabel 20. Koding tentang edukasi hipertensi di puskesmas 84
Tabel 21. Rangkuman bentuk *health coaching* hipertensi dan *outcome* 96
Tabel 22. Hubungan hasil penelitian kualitatif dan pengembangan model 102
Tabel 23. Tujuan dan aktivitas SEHAT *Coaching Model* 106
Tabel 24. Perbedaan SEHAT *coaching model* dengan *motivational*

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

interviewing dan edukasi konvensional 110
Tabel 25. Karakteristik pakar validator SEHAT *Coaching Model* 116
Tabel 26. Nilai *V-aiken* penilaian pakar *(expert judgment)* 117
Tabel 27. Masukan/komentar pakar terhadap SEHAT *Coaching Model* 118
Tabel 28. Kurikulum pelatihan SEHAT *Coaching Model* 122
Tabel 29. Evaluasi kepuasan terhadap pelaksanaan pelatihan 125
Tabel 30. Penilaian *pretest- posttest* dan *check list* keterampilan 127
Tabel 31. Karateristik *coach* dan Asisten *coach* 129
Tabel 32. Karakteristik responden pasien hipertensi kelompok intervensi dan kontrol 130
Tabel 33. Karakteristik responden berdasarkan usia dan berapa diagnosis hipertensi 131
Tabel 34. Hasil Uji normalitas 132
Tabel 35. Hasil pengukuran *pretest (baseline)* variabel penelitian pada kelompok intervensi dan kontrol 132
Tabel 36. Analisis perbedaan kelompok intervensi dan kontrol sebelum *(pretest)* serta sesudah *(posttest)* dilakukan intervensi 133
Tabel 37. Butir pengetahuan yang mengalami peningkatan persentase jawaban benar 134
Tabel 38. Perubahan berat badan pada kelompok intervensi dan kontrol 136
Tabel 39. Analisis perbedaan perubahan skor (*posstest-pretest*) kelompok intervensi dan kontrol 138
Tabel 40. Analisis ANCOVA pengaruh kovariat terhadap tekanan darah sistolik 139
Tabel 41. Analisis ANCOVA pengaruh kovariat terhadap tekanan darah diastolik 140

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Standard pengukuran tekanan darah 16
Gambar 2. Target pencapaian pengendalian tekanan darah dari ISH 17
Gambar 3. Algoritma penatalaksanaan hipertensi pada *OBPM* 17
Gambar 4. Alur insiasi terapi obat hipertensi 18
Gambar 5. Perbedaan *coaching* dengan *training*, mentoring, konseling 28
Gambar 6. *Social cognitive theory* 38
Gambar 7. Intervensi spesifik *stages of change* 40
Gambar 8. *Downey's spectrum of coaching* 45
Gambar 9. Kerangka Teori 47
Gambar 10. Kerangka Konsep 48
Gambar 11. *Sequential exploratory mixed methods design* 50
Gambar 12. Tahapan pengembangan model *coaching* 58
Gambar 13. Rancangan penelitian *quasi-experimental non-equivalent pretest-posttest control grup design* 67
Gambar 14. Alur proses rekruitmen responden 70
Gambar 15. Pengembangan SEHAT *Coaching Model* 104
Gambar 16. Logo SEHAT *Coaching Model* 105
Gambar 17. Modalitas multikomponen SEHAT *Coaching Model* 108
Gambar 18. Diagram langkah SEHAT *Coaching Model* 115

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar penjelasan calon subyek penderita hipertensi 215
Lampiran 2. Lembar penjelasan calon subyek petugas kesehatan 218
Lampiran 3. Pedoman wawancara mendalam 222
Lampiran 4. Kuesioner *Hypertension Knowledge Level Scale* (HKLS)-KAP 224
Lampiran 5. Kuesioner Efikasi Diri Hipertensi 228
Lampiran 6. Kuesoiner *Perceived Stres Scale* (PSS 10) 229
Lampiran 7. Kuesioner *Hypertesion Self-care Behaviours Questionnaire* 230
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas Butir dan Reliabilitas Kuesioner Efikasi Diri… 233
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Butir dan Reliabilitas Kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS-10) 235
Lampiran 10. Hasil Uji Beda Karakteristik Responden 237
Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas. 240
Lampiran 12. Hasil Uji Beda *Baseline* data 242
Lampiran 13. Hasil Uji Pre dan Post 245
Lampiran 14. Hasil Uji *ANCOVA* Faktor Perancu 259
Lampiran 15. Log book monitoring pasien 262
Lampiran 16. Contoh pesan teks WA sesuai tahapan perubahan 263
Lampiran 17. Modul pelatihan dan modul pasien 264
Lampiran 18. Dokumentasi kegiatan 265
Lampiran 19. *Ethical approval* dan izin Penelitian 266

UNIVERSITAS
GADJAH MADA

Pengembangan Model Health Coaching Untuk Pengendalian Hipertensi Di Layanan Primer
Arief Alamsyah, Prof. dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, M.P.H., Ph.D; dr. Vita Yanti Anggraeni, M.Sc., Ph.D., Sp.P.D., Sp.J.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/