

PELATIHAN MOTIVASIONAL INTERVIEWING DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI MANAJEMEN DIET PENDERITA HIPERTENSI

Gusti Ayu Putri Ariani^{1*}, Mira Astri Koniyo², Fakhriatul Falah³, Suwarly Mobiliu⁴

1), 2), 3), 4) Program Studi Diploma 3 Keperawatan, PoltekNIK Kesehatan Gorontalo

Article history

Received : 9 September 2024

Revised : 17 September 2024

Accepted : 30 Desember 2024

*Corresponding author

Gusti Ayu Putri Ariani

Email : putriariani666@gmail.com

Abstrak

Puskesmas Duingi terletak di Kecamatan Duingi Kota Gorontalo dan merupakan salah satu Puskesmas dengan jumlah penyakit hipertensi terbanyak di Kota Gorontalo. Berdasarkan data Puskesmas Duingi tahun 2022. Tercatat sebanyak 120 penderita hipertensi yang terdaftar sebagai anggota prolans di Puskesmas Duingi. Beberapa faktor penyebab tingginya kasus hipertensi di Kota Gorontalo adalah culture masyarakat menghadirkan makanan bersantan. Melihat fenomena tersebut, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan pendekatan psikoterapi motivasional interviewing dan edukasi manajemen diet yang benar dan menumbuhkan motivasi untuk meningkatkan kemampuan manajemen diet dan motivasi pada pasien hipertensi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi penderita hipertensi dalam mengelola diet rendah garam. Hasil kuesioner menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah diberi edukasi menjadi mayoritas baik yakni 75 % serta terjadinya perubahan motivasi dalam melakukan diet rendah garam setelah diberikan motivasional interviewing dari motivasi kategori rendah 15% menjadi kategori tinggi 90%. Dengan adanya kegiatan edukasi dan pelatihan MI ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan diet rendah garam dan meningkatkan motivasi dalam melakukan manajemen diet rendah garam penderita Hipertensi.

Kata Kunci: Manajemen Diet; Pelatihan Motivasional Interviewing; Penderita Hipertensi

Abstract

Duingi Public Health Center is located in Duingi District, Gorontalo City and is one of the Public Health Centers with the highest number of hypertension patients in Gorontalo City. Data from Duingi Public Health Center in 2022, there were 120 hypertension sufferers registered as prolans members at Duingi Health Center. Several factors causing the high cases of hypertension in Gorontalo City are the culture of the community serving food with coconut milk. Seeing this phenomenon, one of the efforts that can be made is to use a motivational interviewing psychotherapy approach and education on correct diet management and foster motivation to improve diet management skills and motivation in hypertension patients. The purpose of this community service is to increase the knowledge and motivation of hypertension sufferers in managing a low-salt diet. The results of the questionnaire showed an increase in participant knowledge after being given education to a good majority, namely 75%, and a change in motivation in carrying out a low-salt diet after being given motivational interviewing from a low category of 15% to a high category of 90%. With this MI education and training activity, it can help increase knowledge of low-salt diets and increase motivation in managing low-salt diets for hypertension sufferers.

Keyword : Diet Managemen; Motivasional Interviewing Traning; Hypertention Patient

PENDAHULUAN

Prevalensi Hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 34,1% dibandingkan dengan prevalensi tahun 2013. (Kemenkes, 2018) Hipertensi termasuk pada 10 besar penyakit menonjol yaitu sebanyak yang terdaftar di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Duingi Kota Gorontalo. Data Puskesmas Duingi

selama 6 bulan dari Mei sampai dengan Oktober 2022, tercatat sebanyak 120 penderita hipertensi yang terdaftar sebagai anggota prolanis dan hanya 42 yang aktif mengikuti kegiatan prolanis. (Laporan Dinkes Gorontalo, 2022).

Hasil wawancara dengan pemegang program di Puskesmas Duingingi menyebutkan bahwa sebagian besar pasien mengatakan sulit untuk mengelola pola makan dan diet hipertensi dan kurangnya motivasi untuk melakukan diet sedangkan informasi dari beberapa penderita hipertensi yang terdaftar di Puskesmas Duingingi mengatakan banyaknya pilihan makanan *insant* saat ini menjadi alternatif ketika tidak berkesempatan memasak di rumah. Selain itu, *culture* masyarakat Gorontalo dengan ciri khas masakan bersantan dan gurih sehingga meningkatkan konsumsi garam. Hal lain yang disampaikan oleh peserta adalah belum memahami secara baik bagaimana mengelola penggunaan garam yang baik atau alternatif lain yang dapat digunakan agar makanan tetap enak dan gurih meskipun rendah garam (Hasanah et al., 2022). Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah seseorang mengalami peningkatan dari batas normal. Batas normal biasanya 120/80 mmHg dan seseorang dikatakan hipertensi ketika tekanan darah sistol diatas 140 mmHg (Ekasari, et al,2021.)

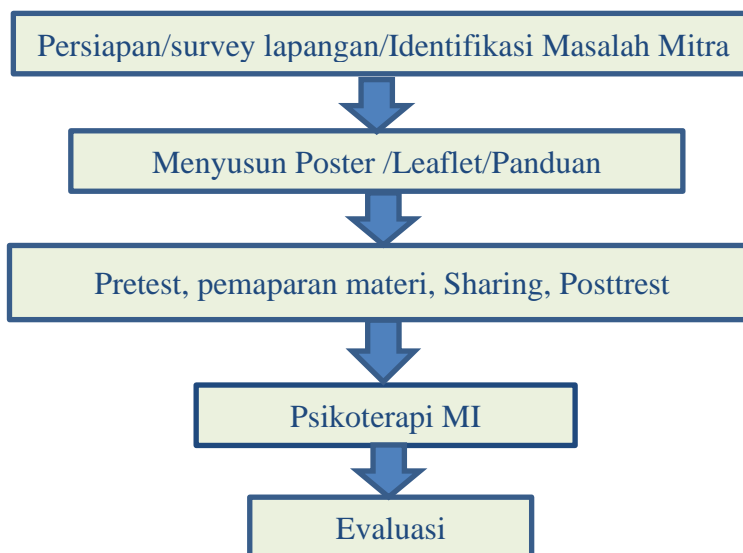
Salah satu penyebab hipertensi adalah tingginya konsumsi garam dan konsumsi makanan olahan. Gaya hidup modern yang saat ini dianut oleh manusia cenderung membuat manusia menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi (Harijanto et al., 2015). Menerapkan pola makan yang sehat memang tidak dapat menjamin jika akan terbebas dari penyakit, namun setidaknya memperhatikan asupan pola konsumsi makanan sehari-hari mampu meminimalisir risiko kemungkinan seseorang terserang penyakit (Dedy Kasingku, 2023). Mengonsumsi makanan yang dianjurkan dapat mengendalikan tekanan darah karena menjadi salah satu penatalaksanaan bagi penderita hipertensi. Penderita hipertensi diwajibkan untuk mengatur asupan makanan mengandung garam dan lemak, mengurangi asupan garam, mengurangi alkohol, perbanyak makan sayur dan buah-buahan, hindari makanan seperti jeroan, otak, makanan bersantan yang kental, kulit ayam dan perbanyak minum air putih. (Rantekata & Nurjannah, 2022). Namun, masih banyak masyarakat yang belum memahami dan terpapar dengan manajemen diet yang benar.

Motivational interviewing (MI) merupakan teknik konseling berbasis komunikasi dengan teknik wawancara yang berfokus membantu individu menemukan motivasi intrinsik pada dengan cara menanyakan kesulitan dan memberi motivasi dengan cara menumbuhkan motivasi intrintik untuk melakukan perubahan perilaku yang positif. Psikoterapi *Motivational Interviewing* (MI) digunakan untuk membantu penderita hipertensi dalam mengendalikan tekanan darahnya (Hall, 2015). Beberapa penelitian telah membuktikan efektifitas *motivational interviewing* terhadap perubahan perilaku. Penelitian Sandy., (2018) membuktikan ada pengaruh pemberian terapi *motivational interviewing* terhadap motivasi pasien hipertensi dalam kepatuhan minum obat. terhadap 120 pasien hipertensi mendapatkan hasil terjadi peningkatan selama 6 bulan terjadi peningkatan motivasi pasien dalam melakukan manajemen diet dan kepatuhan minum obat dengan indikaor stabilnya tekanan darah.(Boonyathee et al., 2021). Berdasarkan hasil beberapa riset tersebut TIM pengabmas memilih *motivational interviewing* sebagai salah satu psikoterapi dalam meningkatkan motivasi dalam melaksanakan manajemen diet bagi penderita hipertens. Psikoterapi konseling dengan metode *motivational interviewing* untuk pederita hipertensi dalam meningkatkan motivasi dan komitmen penderita dalam melakukan manajemen diet.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan Program Pengabdian masyarakat memiliki rangkaian kegiatan sebagai berikut; Pelaksanaan program terdiri dari tahap persiapan dengan berkoordinasi dengan pihak puskesmas yang memfasilitasi pertemuan dengan peserta atau kelompok mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Koordinasi dalam menentukan waktu dan bentuk kegiatan. Pelaksanaan Tahap kedua program pengabmas dilaksanakan dengan melakukan pertemuan dengan kelompok mitra yang diawali dengan penyebaran

kuesioner pre test, dan pemaparan tentang hipertensi, sharing tentang menu yang dikonsumsi tiap hari, kegiatan aktifitas fisik dan kendala-kendala yang ditemukan dalam melakukan manajemen diet dari peserta. Kemudian akan dibahas strategi dalam melakukan manajemen diet. Selanjutnya disebarkan kuesioner post test. Pelaksanaan tahap tiga yaitu konseling dengan metode *motivational interviewing* yang dilaksanakan dengan 2 sesi. Sesi 1 bertujuan untuk mengatasi kebingungan perilaku individu dan mendorong motivasi intrinsik dan Sesi 2 terapi psikoterapi dilaksanakan dengan *affirmation* dan *self motivation statement* (Sune Rubak et al., 2005). Berikut bagan tahap pelaksanaan (Gambar 1).



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan koordinasi tim pengabdian dengan pihak Puskesmas dan peserta. Kegiatan dilakukan secara langsung yakni edukasi hipertensi dan manajemen diet. Kegiatan diawali dengan pengukuran tekanan darah, pembagian kuesioner pre test dilanjutkan dengan pemaparan materi, tanya jawab, sesi diskusi dan diakhiri dengan post test dan dokumentasi kegiatan pertemuan dengan peserta. Adapun hasil pengabdian masyarakat ini dapat diuraikan sebagai berikut:



Gambar 2. Pengisian Kuesioner dan Pemeriksaan tekanan darah

Kegiatan tahap satu diawali dengan pemeriksaan tekanan darah dan pengisian kuesioner pre test. Edukasi Kesehatan melibatkan seluruh tim dan kelompok mitra yakni penderita yang terdaftar sebagai anggota prolans di PKM Duingi Kota Gorontalo yang berjumlah sebanyak 20 peserta. Sebelum dimulai edukasi, peserta diberikan kuesioner sebagai evaluasi formatif dan sumatif awal terkait pengetahuan kelompok mitra terhadap hipertensi dan manajemen dietnya.



Gambar 3. Penyampaian materi tentang hipertensi dan motivasional interviewing

Kegiatan kedua diawali dengan memberikan Edukasi Kesehatan yang melibatkan seluruh tim dan kelompok mitra yakni penderita hipertensi yang terdaftar sebagai anggota prolans di PKM Duingi Kota Gorontalo yang berjumlah sebanyak 20 peserta. Edukasi dilakukan dengan memaparkan materi tentang hipertensi mulai dari definisi hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, faktor penyebab hipertensi dan beberapa terapi hipertensi baik terapi farmakologi, komplementer dan psikoterapi salah satunya adalah *motivasional interviewing*.

Tabel 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Tahap 1

Materi	Deskripsi Singkat	Tujuan	Waktu	Pemateri
Edukasi Kesehatan tentang Hipertensi	<ul style="list-style-type: none"> • Pretest Pengetahuan tentang hipertensi • Pemberian Edukasi kesehatan yang memuat tentang penyakit hipertensi, tanda gejala, komplikasi dan pencegahannya yang berikan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi menggunakan media powerpoint, poster, banner dan leaflet. • Post test • Pengukuran Tekanan Darah 	Untuk memberikan informasi tentang penyakit hipertensi, cara pengelolaan hipertensi (diet) dan pengukuran tekanan darah	Sabtu, 20 Juli 2024 Pukul: 08.30-09.30 Wita	<ul style="list-style-type: none"> • Mira Astri Koniyo, S.Kp, M.Ke • Suwarly Mobiliu, S.Kp, M.Kep

Tabel 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Tahap 2

Materi	Deskripsi Singkat	Tujuan	Waktu	Pemateri
Pelatihan <i>Motivasi</i> <i>Intervewing</i> dengan metode ceramah dan peer group Untuk Meningkatkan Manajemen Diet pada Penderita Hipertensi	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan edukasi tentang psikoterapi <i>motivasi</i> <i>intervewing</i> ke peserta. Mendemonstarikan teknik <i>motivasi</i> <i>intervewing</i>. Focus Group Discussion (FGD). Melakukan evaluasi kegiatan 	menumbuhkan <i>motivasi</i> peserta untuk konsisten melakukan diet rendah garam a	Senin, 5 Agustus 2024 Pukul 14.00-16.00	<ul style="list-style-type: none"> Gusti Ayu Putri Ariani, S.Kep, Ns, M.Kep Fakhriatul Falah, S.Kep, Ns, M.Kep

Tabel 3 menunjukkan jenis kelamin peserta sebagian besar laki-laki yakni 55%, rentang usia sebagian besar berada pada usia 40-60 tahun yakni 60% dan lama menderita hipertensi paling banyak diatas 5 tahun. Adapun hasil pengabdian masyarakat ini dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi karakteristik peserta Pelatihan *Motivasi* *Intervewing*

Jenis Kelamin	Jumlah	%
Laki-laki	11	55
Perempuan	9	45
TOTAL	20	100
Rentang Umur (tahun)	Jumlah	%
40-60	12	60
61-80	8	40
TOTAL	20	100
Lama Menderita Hipertensi	Jumlah	%
3-11bulan	2	10
1-5 tahun	8	40
lebih 5 tahun	10	50
TOTAL	20	100

Tabel 4 menunjukkan hasil pre dan posttest pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang hipertensi yang diukur menggunakan instrumen dengan skala likert yang disusun oleh pengabdian berdasarkan materi yang disampaikan. Hasil menunjukkan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah di berikan edukasi yakni pengetahuan peserta meningkat. Pada saat pretest pengetahuan peserta mayoritas pada kategori kurang yaitu 60 % dan hasil posttest setelah edukasi mayoritas kategori baik 75 %. Dengan adanya edukasi kesehatan maka kita sudah menciptakan suatu usaha untuk menyediakan psikologis kelompok mitra agar berperilaku sesuai dengan tuntutan nilai-nilai kesehatan (Green, 1980). Pemberian edukasi menggunakan metode ceramah menggunakan media poster dan leaflet memuat informasi yang berhubungan dengan hipertensi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat. Media leaflet berbentuk tipis dan mudah dibawa sehingga memudahkan untuk dibaca (Safitri & Majid, 2023).

Tabel 4. Hasil Pretest dan PostTest Pengetahuan peserta tentang edukasi Hipertensi

Kategori Pengetahuan	Peserta			
	Pre		Post	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	3	15	15	75
Cukup	5	25	5	25
Kurang	12	60	0	0
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan perubahan motivasi peserta untuk berkomitmen diet hipertensi setelah diberikan konseling motivasional interviewing. Sebelum diberikan konseling MI mayoritas motivasi peserta berada pada kategori rendah sebanyak 85% dan setelah diberikan konseling MI mayoritas motivasi peserta ada pada kategori tinggi sebanyak 90%. *Motivational interviewing* terbukti dapat meningkatkan motivasi dalam meningkatkan kepatuhan peserta terhadap diet rendah garam dan perubahan gaya hidup pada pasien dengan hipertensi. MI membantu mengatasi resistensi terhadap perubahan dan mendorong klien menemukan solusi mereka sendiri.

Tabel 5 Motivasi melaksanakan manajemen Diet sebelum dan sesudah *motivational interviewing*

Motivasi Diet Hipertensi	Kategori	<i>Motivational Interviewing</i>			
		Pre		Post	
		Jumlah	%	Jumlah	%
	Tinggi	3	15	18	90
	Rendah	17	85	2	10
	TOTAL	20	100	20	100

Menurut Sune Rubak et al., (2005) *Motivational interviewing* merupakan salah satu bentuk konseling yang dengan memberi petunjuk setelah pemaparan materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Tahap berikutnya dilanjutkan dengan demonstrasi psikoterapi *motivational interviewing* dimana terapi ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan konsistensi kelompok mitra dalam melakukan manajemen diet hipertensi sebagai upaya terkontrolnya tekanan darah kelompok mitra.

Psikoterapi *interviewing motivasional* merupakan terapi yang menggabungkan antara psikoterapi dan konseling dengan durasi waktu 30-35 menit dan dibagi menjadi 2 sesi. Sesi pertama diawali dengan pertanyaan terbuka oleh konselor. Konselor mengidentifikasi masalah perasaan ataupun pikiran peserta selanjutnya konselor menuliskan jawaban dari perasaan peserta dalam lembar kerja, konselor menganalisis jawaban dari pertanyaan peserta tersebut. Sesi kedua Teknik afirmasi peserta dapat menyampaikan perasaan positif tentang bagaimana mengelola diet hipertensi dengan baik dan merubah pikiran negatif menjadi positif, serta merubah perilaku negatif ke perilaku positif diakhiri dengan refleksi tentang bagaimana perasaan klien setelah mengikuti kegiatan konseling, konselor mengidentifikasi emosi yang sedang dirasakan peserta dan terakhir merefleksikan kembali pembicaraan yang dengan mengungkapkan perasaan peserta.



Gambar 4. Poster dan Leflet interviewing Motivasional untuk meningkatkan efikasi diri pada pasien DM

Pada grafik psikoterapi menunjukkan terjadi peningkatan motivasi sebelum diberikan psikoterapi 55% dan sesudah diberikan psikoterapi interviewing motivasional menjadi 76%. Perubahan angka tersebut menunjukkan peningkatan motivasi pada peserta dalam melakukan manajemen diet hipertensi. Penerapan teknik Motivasioal Interviewing dapat mengubah perilaku negatif kearah perilaku yang positif yang ditandai dengan komitmen peserta tetap mempertahannya diet dan meningkatkan aktifitas fisik untuk menjaga stabilitas tekanan darah pada penderita hipertensi. Teknik motivasional interviewing yang berpusat pada peserta dengan empati dan komunikasi yang tidak menghakimi dapat membuat peserta merasa lebih rileks dapat mengurangi kecemasan dan stress. (Harijanto et al, 2015).

Teknik *motivasional interviewing* yang berpusat pada klien dan bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku melalui peningkatan motivasi internal seseorang sehingga dapat membantu pasien dalam mengelola gaya hidup khususnya dalam hal kepatuhan terhadap diet, aktivitas fisik dan pengobatan serta mengeksplorasi dan mengatasi kebingungan (ambivalensi) terkait pengambilan keputusan yang sulit (diet rendah garam) (Zabolypour et al., 2020) meningkatkan kontrol diri karena terdorong untuk membuat keputusan yang didasari oleh motivasi pribadi (Latchford, 2010) serta berkontribusi terhadap kesehatan mental karena termotivasi untuk melakukan hidup sehat (Boonyathee et al., 2021). Hasil pengabmas ini sejalan dengan Penelitian Harijanto et al. (2015) bahwa penerapan Motivasional Interviewing terhadap kepatuhan minum obat penderita hipertensi menemukan perubahan perilaku positif terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi.

KESIMPULAN

Kesimpulan pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Dungingi Kota Gorontalo dengan jumlah 20 peserta anggota Prolanis berjalan dengan lancar. Nampak peserta antusias mengikuti kegiatan tersebut yang ditandai dengan meningkatnya pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi tentang hipertensi dari sebelumnya 60 % menjadi 92% dan meningkatnya motivasi dan komitmen peserta dalam melaksanakan manajemen diet setelah diberikan konseling motivasional interviewing sebelum diberikan mayoritas peserta mempunyai motivasi rendah 85 % dan setelah diberikan mayoritas mempunyai motivasi tinggi yakni 90 %. Oleh sebab itu, Puskesmas dapat merancang Program *Motivational Interviewing* (MI) sebagai pendekatan pendampingan konseling yang efektif untuk membantu pasien dengan hipertensi dalam meningkatkan motivasi menjalani diet sehat dan perubahan gaya hidup.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) Politeknik Kesehatan Gorontalo yang telah memberi kesempatan TIM Pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini dan kepada Pihak Puskesmas Dungingi yang telah memfasilitasi kegiatan ini serta kepada seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

PUSTAKA

- Boonyathee, S., Seangpraw, K., Ong-Artborirak, P., Auttama, N., Tonchoy, P., Kantow, S., ... Dokpuang, D. (2021). Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community. *PLoS ONE*, 16(11), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259697>
- Dedy Kasingku, J. (2023). Peran Makanan Sehat Dalam Meningkatkan Kesehatan Fisik dan Kerohanian Pelajar. *Jurnal Pendidikan Mandala*, 8(3), 853–859. Retrieved from <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JUPE/index>
- Green, D. a. (1980). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku dikutip dalam Buku Notoatmojo: Rineka Cipta*.

- Hall, K. (2015). Motivational Interviewing Techniques. *Peripheral Brain for the Pharmacist*, 2016 - 17, 41(9). <https://doi.org/10.21019/9781582122403.ch37>
- Hariyanto, W., Rudijanto, A., & Alamsyah N, A. (2015). Pengaruh Konseling Motivational Interviewing terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Effect of Motivational Interviewing Counseling on Hypertension Patients's Adherence of Taking Medicine. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 28(4), 345–353. Retrieved from <https://jkb.ub.ac.id/index.php/jkb/issue/view/62>
- Hariyanto, W., Rudijanto, A., & N, A. A. (2015). Pengaruh Konseling Motivational Interviewing terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 28(4), 354–353. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2015.028.04.16>
- Hasanah, N., Rizka, Y., & Nopriadi, N. (2022). Gambaran Motivasi Pasien Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah Di Puskesmas Simpang Tiga. *Riau Nursing Journal*, 1(1), 173–182. <https://doi.org/10.31258/rnj.1.1.173-182>
- Kemenkes. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. Retrieved from http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Laporan Dinkes Gorontalo. (2022). *Laporan Dinas Kesehatan Kota Gorontalo*.
- Latchford, G. (2010). A Brief Guide to Motivational Interviewing, (March), 1–33.
- Rantekata, N. A., & Nurjannah, N. (2022). Kritik Terhadap Metode Konseling Motivational Interviewing. *Islamika : Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 22(01), 96–113. <https://doi.org/10.32939/islamika.v22i01.1095>
- Safitri, D., & Majid, R. (2023). The Effect of Health Education Using Leaflet Media On Knowledge of Hypertension Management In Hypertension. *Pengetahuan 182 Jurnal WINS*, 4(3), 182–187. Retrieved from <http://ojs.uho.ac.id/index.php/winsjo>
- Sandy, S., Harisma, I., & Sasto, S. (2018). *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Indonesia Hamadi mangrove forest*, 7(3), 95–101.
- Sune Rubak, Anelli Sandbæk, Torsten Lauritzen, & Bo Christensen. (2005). Motivational interviewing: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of General Practice*, 55(513), 305–312.
- Zabolypour, S., Alishapour, M., Behnammoghadam, M., Larki, R. A., & Zoladl, M. (2020). A comparison of the effects of teach-back and motivational interviewing on the adherence to medical regimen in patients with hypertension. *Patient Preference and Adherence*, 14, 401–410. <https://doi.org/10.2147/PPA.S231716>

Format Sitasi: Ariani, G.A.P., Koniyo, M.A., Falah, F. & Mobiliu, S. (2025). Pelatihan Motivasional Interviewing Dalam Meningkatkan Motivasi Manajemen Diet Penderita Hipertensi. *Reswara. J. Pengabdi. Kpd. Masy.* 6(1): 520-527. DOI: <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v6i1.4929>



Reswara: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat oleh Universitas Dharmawangsa Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan dengan Lisensi Internasional Creative Commons Attribution NonCommercial ShareAlike 4.0 ([CC-BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))