

Hubungan *Self Management Behaviour* Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit An-Nisa

Indri Ameliani^{1*}, Imas Sartika², Meynur Rohmah³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani Tangerang

Email : indriameliani22@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak menimbulkan gejala pada penderitanya. Penanganan hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat dilakukan secara non-farmakologis dengan menerapkan pola hidup sehat, perilaku manajemen diri dan melakukan perawatan diri. *Self management behaviour* adalah serangkaian kegiatan yang dapat membantu pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah tetap stabil. Tujuan untuk mengetahui hubungan *self management behaviour* dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di RS An-Nisa. Metode Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel sebanyak 135 responden yang menderita hipertensi. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner *Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire* (HSMBQ) dan lembar observasi tekanan darah. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan analisa data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *Asymp.Sig* (2-sided) sebesar $0,006 < 0,05$. Kesimpulan Ada Hubungan *Self Management Behaviour* dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS An-Nisa. Semakin baik *self management behaviour* maka tekanan darah dapat terkontrol, sebaliknya jika *self management behaviour* kurang maka tekanan darah tidak dapat terkontrol. Tekanan darah yang tidak terkontrol akan mengakibatkan terjadinya komplikasi pada penyakit itu sendiri.

Kata kunci: *Self Management Behaviour, Tekanan Darah, Hipertensi.*

The Relationship Between Self-Management Behaviour And Blood Pressure In Hypertensive Patients At An-Nisa Hospital

Abstract

Hypertension is a chronic disease that does not cause symptoms in sufferers. Treatment of hypertension or high blood pressure can be done non-pharmacological by implementing a healthy lifestyle, self-management behaviors and self-care. Self-management behaviour is a series of activities that can help hypertensive patients to control blood pressure to remain stable. Objective To determine the relationship between self-management behavior and blood pressure in hypertensive patients at An-Nisa Hospital. Research Method Quantitative with a cross sectional approach. A sample of 135 respondents suffering from hypertension. Data collection used the Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire (HSMBQ) questionnaire and blood pressure observation sheet. The sampling technique uses accidental sampling with data analysis using the Chi-Square test. The results showed that the value of Asymp.Sig (2-sided) was $0,006 < 0,05$. Conclusion There is a Relationship between Self Management Behavior and Blood Pressure in Hypertensive Patients at An-Nisa Hospital. The better the self-management behavior, the blood pressure can be controlled, on the other hand, if the self-management behavior is less, the blood pressure cannot be controlled. Uncontrolled blood pressure will result in complications in the disease itself.

Keywords: *Self Management Behavior, Blood Pressure, Hypertension.*

PENDAHULUAN

Di Indonesia dan di seluruh dunia, penyakit tidak menular (PTM) menjadi masalah kesehatan utama. Penyakit tidak menular yang sangat tinggi yaitu penyakit kanker, penyakit diabetes mellitus, penyakit paru obstruktif kronik dan penyakit kardiovaskular. Dilaporkan peningkatan prevalensi penyakit stroke dari 7 % menjadi 10,9 %, penyakit kanker

dari 1,4 % menjadi 1,8 %, penyakit diabetes mellitus dari 6,9 % menjadi 8,5 % dan penyakit hipertensi dari 25,8 % menjadi 34,1 % (Wahidin et al., 2023). Hipertensi salah satu penyakit yang sangat berbahaya hingga disebut sebagai *Silent Killer* atau pembunuh secara diam merupakan salah satu kematian tertinggi di dunia. Setiap orang dapat menderita

hipertensi atau tekanan darah tinggi tanpa tanda gejala (Kemenkes, 2022).

World Health Organization (2023), menyatakan di seluruh dunia bahwa ada sekitar 1,28 miliar orang dewasa menderita penyakit hipertensi di wilayah negara berpenghasilan menengah dan rendah. Penyakit hipertensi bervariasi di antara kelompok pendapatan negara dan wilayah WHO. Wilayah negara Afrika memiliki tingkat prevalensi yang tinggi sekitar 27% dan Amerika memiliki tingkat prevalensi yang rendah sekitar 18% dari total penduduk. Di tahun 2025, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi sekitar 29,2%.

Berdasarkan Riskesdas 2018, ada 63.309.602 jiwa yang terkena hipertensi di Indonesia, dengan 427.218 jiwa mengakibatkan kematian akibat hipertensi dan prevalensi hipertensi sebesar 34,1%, dengan jumlah kasus terbanyak sebesar 44,1% di Kalimantan Selatan dan jumlah kasus kecil sebesar 22,2% di Papua. Dari total kasus ini, 8,8% dilaporkan menderita hipertensi dan 32,2% tidak minum obat secara teratur. Ini menunjukkan bahwa, dari total kasus hipertensi sebesar 34,1%, hanya 8,8% yang diketahui menderita penyakit hipertensi (Kemenkes RI, 2019) dalam (Linggariyana et al., 2023).

Di provinsi Banten angka kejadian penderita hipertensi berdasarkan data Laporan Provinsi Banten Riskesdas 2018, mencatat sebanyak 8,61% orang yang mendapatkan diagnosa oleh tenaga medis dan patuh mengkonsumsi obat, dengan jumlah hipertensi pada usia di ≥ 18 tahun sebanyak 27,45%. Sedangkan jumlah hipertensi paling tinggi di Kabupaten Pandeglang sebanyak 33,53%, Kabupaten Tangerang 30,10%, Kota Tangerang 28,74%, Kota Tangerang Selatan 27,51% dan prevalensi terendah berada di Kabupaten Serang sebanyak 25,77% (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi tidak memiliki gejala, jadi seseorang yang menderita hipertensi

tidak mengetahui bahwa mereka mengidap hipertensi. Tekanan darah sistolik yang melampaui 140 mmHg atau tekanan darah diastolik yang melampaui 90 mmHg merupakan jenis tanda gejala khas hipertensi (Fernalia et al., 2019) dalam (Rahayu & Kurniasari, 2021).

Mengontrol tekanan darah dapat mengurangi mortalitas dan morbiditas hipertensi. Indikator utama dalam tekanan darah adalah *self management behaviour* pada penderita hipertensi (Lestari & Saraswati, 2023). *Self management behaviour* memungkinkan pasien dan keluarganya untuk menjaga kesehatan mereka sendiri dan menghindari berbagai gangguan yang dapat muncul sebagai akibat tidak kontrolnya tekanan darah (Sonia et al., 2023).

Tekanan darah dapat terkontrol dengan sempurna akan menunjukkan seorang pasien penderita hipertensi sudah dapat menerapkan perilaku *self management behaviour*. Tetapi jika tekanan dalam darah yang tidak terawasi dengan baik menunjukkan bahwa perilaku *self management behaviour* semakin buruk karena klasifikasi hipertensi semakin tinggi (Lestari & Saraswati, 2023; Sonia et al., 2023).

Berdasarkan temuan penelitian awal atau studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 05 April 2024, peneliti mengobservasi data di RS An-Nisa diperoleh bahwa jumlah kunjungan pasien hipertensi di poli penyakit dalam data diperoleh dalam 3 bulan terakhir pada bulan Januari-Maret 2024, didapatkan 203 pasien hipertensi. Kunjungan pasien hipertensi tiap bulan tidak menentu kadang bertambah dan kadang berkurang. Terdapat penderita hipertensi dengan usia muda pada bulan Maret sebanyak 2 orang. Peneliti melakukan wawancara dan penyebaran kuesioner *self management behaviour* secara personal kepada 10 pasien yang sedang kontrol. Nilai tekanan darah pada pasien yang sedang kontrol

pada hari itu sebanyak 6 pasien yang berusia > 50 mempunyai tekanan darah > 140/90 mmHg dan 4 pasien yang berusia < 50 memiliki tekanan darah < 130/80 mmHg. Ada 4 responden memiliki penyakit hipertensi yang terkontrol dengan menerapkan pola hidup sehat dan 6 responden memiliki pola hidup tidak sehat seperti jarang melakukan aktivitas fisik berolahraga, sering konsumsi makanan asin, bersantan dan berlemak serta lupa untuk minum obat antihipertensi sehingga tekanan darah tinggi tidak terkontrol dengan sempurna.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif korelasi dengan metode *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu *self management behaviour* dan variabel dependen tekanan darah yang dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu. Teknik penelitian yang digunakan dalam pengambilan sampel yaitu metode *accidental sampling* (Notoatmodjo, 2018).

Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 135 responden yang menderita hipertensi dan sedang melakukan rawat jalan di poli penyakit dalam RS AN-Nisa serta telah memenuhi kriteria inklusi. Analisis data yang digunakan yaitu uji *statistic Chi Square*. Penelitian ini dilaksanakan selama 9 hari yang terhitung dari tanggal 03 s/d 11 Juli 2024.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden di Poli Penyakit Dalam pada Penderita Hipertensi

No	Kategori	f	Presentase
1.	Usia		
	17-25 Tahun	2	1,5%
	26-45 Tahun	17	12,6%
	46-65 Tahun	88	65,2%
	>65 Tahun	28	20,7%

2. Jenis Kelamin		
Laki-Laki	53	39,3%
Perempuan	82	60,7%
3. Tingkat Pendidikan		
SD	14	10,4%
SMP	36	26,7%
SMA	76	56,3%
D3	5	3,7%
S1	4	3,0%
Total	135	100%

Berdasarkan Tabel 1. Distribusi frekuensi responden yang menjalani rawat jalan di poli penyakit dalam di RS An-Nisa sebagian besar rentang usia 46-65 tahun sebanyak 88 pasien (65,2%), jenis kelamin perempuan sebanyak 82 pasien (60,7%), tingkat pendidikan SMA sebanyak 76 pasien (56,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Self Management Behaviour pada Penderita Hipertensi

No	Self Management Behaviour	f	Presentase
1	Baik	62	45,9%
2	Cukup	57	42,2%
3	Kurang	16	11,9%
Total		135	100%

Berdasarkan Tabel 2. menurut *self management behaviour* dari 135 pasien diidentifikasi berdasarkan *self management behaviour* baik sebanyak 62 pasien (45,9%), *self management behaviour* cukup sebanyak 57 pasien (42,2%) dan *self management behaviour* kurang sebanyak 16 pasien (11,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

No	Tekanan Darah	f	Presentase
1	Tekanan Darah Normal	43	31,9%
2	Tekanan Darah Prahipertensi	40	29,6%
3	Hipertensi Fase 1	39	28,9%
4	Hipertensi Fase 2	13	9,6%
Total		135	100%

Berdasarkan Tabel 3, menurut tekanan darah dari 135 pasien diidentifikasi berdasarkan tekanan darah normal sebanyak 43 pasien (31,9%), tekanan darah prahipertensi sebanyak 40 pasien (29,6%), hipertensi fase 1 sebanyak

39 pasien (28,9%) dan hipertensi fase 2 sebanyak 13 pasien (9,6%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan *Self Management Behaviour* dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di RS An-Nisa

<i>Self Management Behaviour</i>	Tekanan Darah								Total	<i>P Value</i>	
	Tekanan Darah Normal		Tekanan Darah Prahipertensi		Hipertensi Fase 1		Hipertensi Fase 2				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Baik	26	19,3%	16	11,9%	18	13,3%	2	1,5%	62	45,9%	0,006
Cukup	14	10,4%	22	16,3%	15	11,1%	6	4,4%	57	42,2%	
Kurang	3	2,2%	2	1,5%	6	4,4%	5	3,7%	16	11,9%	
Total	43	31,9%	40	29,6%	39	28,9%	13	9,6%	135	100%	

Berdasarkan Tabel 4. Berdasarkan Tabel 4.6, dapat disimpulkan bahwa *self management behaviour* kategori baik dengan tekanan darah sebanyak 26 pasien (19,3%) mengalami tekanan darah normal, sebanyak 16 pasien (11,9%) mengalami tekanan darah prahipertensi, sebanyak 18 pasien (13,3%) mengalami hipertensi fase 1 dan sebanyak 2 pasien (1,5%) mengalami hipertensi fase 2. *Self management behaviour* berkategori cukup dengan tekanan darah sebanyak 14 pasien (10,4%) mengalami tekanan darah normal, sebanyak 22 pasien (16,3%) mengalami tekanan darah prahipertensi, sebanyak 15 pasien (11,1%) mengalami hipertensi fase 1, sebanyak 6 pasien (4,4%) mengalami hipertensi fase 2. Sementara *self management behaviour* berkategori kurang dengan tekanan darah sebanyak 3 pasien (2,2%) mengalami tekanan darah normal, sebanyak 2 pasien (1,5%) mengalami tekanan darah prahipertensi, sebanyak 6 pasien (4,4%) mengalami hipertensi fase 1 dan sebanyak 5 pasien (3,7%) mengalami hipertensi fase 2. Berdasarkan analisis bivariat yang telah dilakukan menggunakan uji *statistic Chi-Square* bahwa *P-Value* $0,006 < 0,05$ jadi diartikan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak berarti terdapat hubungan *self management behaviour* dengan tekanan

darah pada penderita hipertensi di RS An-Nisa.

PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan hasil studi, diketahui mayoritas responden yang mempunyai rentang usia 17 - 25 sebanyak 2 pasien (1,5%), rentang usia 26 - 45 sebanyak 17 pasien (12,6%), rentang usia 46- 65 sebanyak 88 pasien (65,2%) dan rentang usia > 65 sebanyak 28 pasien (20,7%). Dikarenakan bertambahnya usia, kemungkinan semakin besar yang menderita penyakit hipertensi. Hal ini disebabkan karena pada seseorang yang sudah lanjut usia terjadi penurunan serta perubahan fungsi organ, menurunnya elastisitas jaringan dan terjadi arterosklerosis. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi di RS An-Nisa rata-rata berusia 46 - 65 tahun.

Hasil studi ini sejalan pada temuan sebelumnya yang

dilaksanakan oleh (Tursina et al., 2022) menjelaskan pada usia >45 tahun sebanyak 49 pasien (75,5%) merupakan jumlah usia responden terbanyak. Saat seseorang yang sudah berumur, beban penyakit akan bertambah peningkatan dan pelayanan kesehatan akan diperlukan maka dari itu usia sangat mempengaruhi kemampuan seseorang terhadap perilaku manajemen diri, karena semakin bertambah usia akan mempengaruhi perilaku seseorang terkait kondisi sehatnya dalam pengambilan keputusan sehingga dapat mensupport selama program pengobatan serta seseorang yang sudah lanjut usia cenderung akan memanfaatkan pelayanan kesehatan dibanding dengan usia muda.

Hal ini juga sejalan pada temuan yang dilakukan (Azizah et al., 2022) menjelaskan bahwa usia responden 36 - 45 sebanyak 4 (7,4%), usia 46 - 55 sebanyak 28 (51,9%), usia 56 - 65 sebanyak 15 (27,7%) dan usia >65 tahun sebanyak 7 pasien (13,0%). Usia sangat pengaruh pada kejadian hipertensi karena faktor risiko hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia. Hal tersebut akan menyebabkan beberapa hal, yaitu perubahan alamiah yang terjadi pada jantung dan pembuluh darah pada seseorang selama proses penuaan. Perubahan ini terjadi secara alamiah dalam tubuh sebagai akibat dari penuaan, yang menyebabkan penurunan elastis pembuluh darah dan menurunnya daya tahan tubuh.

Dengan bertambah usia, tubuh menjadi lebih rentan terhadap suatu penyakit.

b. Jenis Kelamin

Hasil studi yang didapatkan berdasarkan mayoritas responden yang memiliki berjenis kelamin laki-laki sebanyak 53 (39,3%), sementara berjenis kelamin perempuan sebanyak 82 (67,7%). Hal ini terbukti pada saat pengambilan data bahwa berjenis kelamin perempuan paling besar mengalami hipertensi. Ini terjadi karena lebih berisiko mengalami peningkatan tekanan darah pada perempuan dikarenakan faktor hormonal terutama pada masa menopause. Pada perempuan yang sudah mengalami menopause memiliki kadar hormonal estrogen yang sedikit, hormonal estrogen ini sangat penting perannya dalam memberikan perlindungan terhadap penyakit seperti penyakit jantung.

Hasil ini sejalan pada temuan studi yang dilakukan oleh (Alkautsar & Kartinah, 2023) menguraikan bahwa seluruh responden perempuan dengan jumlah 69 pasien (73,4%) mengalami hipertensi, sedangkan laki-laki sejumlah 25 pasien (26,6%). Dari keseluruhan penduduk di Indonesia Khususnya total seluruh perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

c. Tingkat Pendidikan

Berdasarkan hasil studi, diketahui tingkat pendidikan terakhir SD sebanyak 14 pasien

(10,4%), SMP sebanyak 36 pasien (26,7%), SMA sebanyak 76 pasien (56,3%), D3 sebanyak 5 pasien (3,7%) dan S1 sebanyak 4 pasien (3,0%). Seseorang yang mempunyai tingkat pendidikan tertinggi cenderung lebih memiliki pengetahuan dan perilaku yang baik, maka dari itu pasien hipertensi di RS An-Nisa yang memiliki tingkat pendidikan paling banyak peduli akan terhadap suatu penyakit dan kesehatan dirinya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi di RS An-Nisa memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA.

Hasil ini sejalan pada temuan sebelumnya telah dilakukan oleh (Ambarwati & Rosyid, 2024) menjelaskan bahwa pendidikan terbanyak adalah SMA sebanyak 36 pasien (37,5%) dan tidak selaras dengan temuan (Azizah et al., 2022) menjelaskan bahwa tingkat pendidikan terakhir responden ialah SD sebanyak 27 pasien (50,0%). Tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada gaya hidup seseorang, terutama dalam hal bersikap terhadap penyakit yang diderita. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi menunjukkan seseorang mempunyai lebih banyak ilmu dalam pengetahuan dalam menerapkan hidup yang sehat.

2. Gambaran *Self Management Behaviour* pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan, diketahui *self management behaviour* berkategori baik sebanyak 62 pasien (45,9%),

self management behaviour berkategori cukup sebanyak 57 pasien (42,2%) dan *self management behaviour* berkategori kurang sebanyak 16 pasien (11,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi di RS An-Nisa memiliki *self management behaviour* yang baik, dikarenakan pasien dapat menjalankan perilaku manajemen diri dengan baik di kehidupan sehari-hari guna mengontrol tekanan darah agar tetap stabil.

Hasil ini selaras pada temuan sebelumnya yang dilakukan oleh (Solihah et al., 2023) menguraikan bahwa perilaku *self management* baik sebanyak 79 pasien (89,8%), perilaku *self management* cukup sebanyak 8 pasien (9,1%) dan perilaku *self management* kurang sebanyak 1 pasien (1,1%). Jika seseorang tingkat *self management behaviour* rendah maka akan tidak terkontrol tekanan darah, sebaliknya jika seseorang tingkat *self management behaviour* tinggi maka akan semakin terkendali tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Gambaran Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan, diketahui bahwa tekanan darah normal sebanyak 43 pasien (31,9%), tekanan darah prahipertensi sebanyak 40 pasien (29,6%), hipertensi fase 1 sebanyak 39 pasien (28,9%) dan hipertensi fase 2 sebanyak 13 pasien (9,6%). Hal ini menunjukkan bahwa pasien hipertensi di RS An-Nisa memiliki tekanan darah normal dikarenakan pasien hipertensi sudah patuh dalam menjalankan pengobatan dan pemeriksaan rutin sesuai dengan peraturan yang telah

dianjurkan oleh dokter atau tenaga medis.

Hasil ini tidak selaras dengan temuan studi sebelumnya oleh (Azizah et al., 2022) menjelaskan keseluruhan pada tekanan darah pasien hipertensi berkategori hipertensi derajat I sebanyak 28 pasien (51,9%) dan sebagian kecil berkategori normal sebanyak 2 pasien (3,7%). Tekanan darah yang tidak terkontrol dikarenakan hal tersebut tidak mematuhi aturan diet yang dianjurkan dan tidak menjalankan pemeriksaan tekanan darah yang rutin serta tidak melakukan pengobatan dan pemeriksaan di pelayanan kesehatan. Hal ini sebagai tenaga kesehatan kita perlu memberikan edukasi dan pendidikan kesehatan tentang hipertensi kepada keluarga dan pasien. Anggota keluarga diharapkan selalu mendukung pasien dalam kontrol tekanan darah secara teratur dan patuh terhadap pengobatan dipelayanan kesehatan.

B. Pembahasan Bivariat

Hubungan *Self Management Behaviour* dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS An-Nisa

Berdasarkan uji analisis bivariat yang telah dilakukan pada studi ini di RS An-Nisa didapatkan *Self Management Behaviour* berada pada kategori “Baik” sedangkan untuk Tekanan Darah berada pada kategori “Tekanan Darah Normal”. Hasil temuan ini menggunakan uji *Chi Square* yang didapatkan nilai *P-Value* $0,006 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang berarti terdapat Hubungan *Self Management Behaviour* dengan

Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS An-Nisa.

Maka hasil temuan ini selaras dengan temuan (Rantetondok et al., 2024) berjudul “Pengaruh *Self Management* Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUP DR Tadjuddinhalid Makassar”. Hasil penelitian didapatkan dari hasil uji *statistic self management* terhadap tekanan darah diperoleh *P-Value* sebesar 0,0001 ($p < 0,05$), maka ada pengaruh *self management* pada tekanan darah pasien hipertensi di RSUP dr Tadjuddinhalid Makassar.

Berdasarkan teori dari Dorothea E. Orem yaitu perawatan diri atau disebut *self-care* bagaimana, apa dan mengapa seseorang melakukan perawatan terhadap diri sendiri. Pasien hipertensi memiliki pengetahuan yang berbeda dalam melakukan perawatan diri. Sehingga hal ini dapat menyebabkan perbedaan tekanan dalam darah pada orang dengan hipertensi. *Self management behaviour* dapat membantu pasien hipertensi dalam memahami cara melakukan perawatan secara mandiri melalui unsur *self management behaviour* seperti integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan. Pada penderita perlu melakukan kegiatan secara mandiri seperti rutin dan teratur dalam mengkonsumsi obat antihipertensi, mampu mengontrol stress dengan baik dan menjalankan pola hidup sehat untuk pasien hipertensi. *Self management behaviour* yang baik dapat memberikan upaya pengobatan yang baik dan mengontrol tekanan darah tetap stabil pada penderita hipertensi serta dapat mengurangi komplikasi akibat dari penyakit yang diderita (Rantetondok et al., 2024).

Hasil temua ini juga selaras pada temuan studi (Azizah et al., 2022) dengan judul “Hubungan *Self Management* dengan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi di Desa Jantinganggong Perak Kabupaten Jombang”. Hasil ini didapatkan dari uji *statistic Spearman Rho* hasil *P-Value* 0,000 ($p < 0,05$), maka disimpulkan terdapat sebuah hubungan *self management* pada tekanan darah klien hipertensi di desa Jantinganggong Perak Kabupaten Jombang. Hal ini berpengaruh karena perilaku *self management behaviour* ialah sekumpulan cara yang dapat mengubah dan mengendalikan pikiran, perasaan serta perilaku seseorang. Maka dari itu perilaku *self management behaviour* ada hubungannya dengan perawatan diri.

Namun penelitian ini tidak selaras dengan temuan studi (Fadilah et al., 2023) yang berjudul “Hubungan *Self Management* dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan”. Didapatkan nilai dari uji *Spearman Rank* dengan kategori sedang pada *self management* sebanyak 99 pasien (47,6%) dan nilai *self management* dengan tekanan darah sistole yaitu 0,800 $p < 0,05$ dan *self management* dengan tekanan darah diastole yaitu 0,988 $p < 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan pada *self management* tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan. Hal tersebut dikarenakan oleh perilaku yang ditunjukkan oleh pasien hipertensi yang tidak didasari dengan pengetahuan atau informasi tentang penyakit itu sendiri.

Teori pengetahuan menurut Nursalam (2011) menyatakan, pengetahuan seseorang dapat terpengaruh oleh 2 komponen dalam dan luar. Faktor dalam (internal)

termasuk umur, pengalaman, pendidikan dan pekerjaan, sementara faktor luar (eksternal) seperti informasi, lingkungan dan sosial budaya. Pengetahuan memainkan peran terpenting dalam membentuk perilaku penderita hipertensi karena perilaku yang didasarkan pada pengetahuan lebih bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan. Fakta bahwa pasien hipertensi memiliki pengetahuan yang berbeda tentang melakukan perawatan diri sendiri, perbedaan pengetahuan pada pasien hipertensi dapat membantu dalam rasa percaya diri dan meningkatkan kepercayaan pada pengobatan yang dilakukan. Oleh karena itu, pengetahuan yang tinggi dan baik akan membantu dalam menangani tekanan darah tinggi. Tingkat pengetahuan, kemampuan diri dan dukungan sosial untuk melakukan aktivitas serta keyakinan, kepercayaan ialah pendekatan yang memiliki kapasitas untuk meningkatnya *self management behaviour* pada penderita hipertensi (Fadilah et al., 2023).

Oleh karena itu perlu menerapkan *self management behaviour* yang baik dan teratur guna mempertahankan dan menjaga tekanan darah tetap stabil. Seseorang yang telah melaksanakan perilaku manajemen diri baik maka tekanan darah dapat terkendali, sebaliknya jika seseorang melaksanakan perilaku manajemen diri kurang maka tekanan darah tidak dapat terkontrol. Tekanan pada darah yang tidak dapat terkendali akan menyebabkan suatu gangguan pada penyakit yang diderita.

KESIMPULAN DAN SARAN.

Ada Hubungan *self management behaviour* dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS An-Nisa. Semakin baik *self management behaviour*

maka tekanan darah dapat terkontrol, sebaliknya jika *self management behaviour* kurang maka tekanan darah tidak dapat terkontrol. Tekanan darah yang tidak terkontrol akan mengakibatkan terjadinya komplikasi pada penyakit itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkautsar, I., & Kartinah. (2023). HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS KARTASURA. *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 5(1), 3686–3700. <https://doi.org/doi.org/10.33024/mnj.v5i11.9652>
- Ambarwati, H., & Rosyid, F. N. (2024). SELF MANAGEMENT BERHUBUNGAN DENGAN NILAI TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 728–735. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9335>
- Azizah, A., Padoli, P., & Suwito, J. (2022). Hubungan Self Management dengan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi di Desa Jantiganggong Kecamatan Perak Kabupaten Jombang. *JURNAL KEPERAWATAN*, 16(3), 115–124. <https://doi.org/10.36568/nersbaya.v16i3.36>
- Fadilah, F. Y. N., Usman, A. M., & Suralaga, C. (2023). Hubungan Self-Management dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan. *Malahayati Nursing Journal*, 5(12), 4430–4439. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.11509>
- Kemenkes. (2019). Laporan Provinsi Banten Riset Kesehatan Dasar 2018. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 575.
- Kemenkes. (2022). *Mengenal penyakit hipertensi*. Unit Pelayanan Kesehatan Kemenkes (Klinik Kementerian Kesehatan). <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>
- Lestari, N. K. Y., & Saraswati, N. L. G. I. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management Behavior Pada Penderita Hipertensi Primer Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan). *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2).
- Linggariyana, Trismiyana, E., & Furqoni, P. D. (2023). Asuhan keperawatan dengan teknik rendam kaki untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa sri pendowo lampung timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 646–651. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8126>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rahayu, F. S., & Kurniasari, R. (2021). Efektivitas Media Poster Dan Media Video Animasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Mengenai Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 53–58. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i1.422>
- Rantetondok, E. T., Zainal, S., & Kadrianti, E. (2024). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUP DR Tadjuddinchalid Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(1), 123–129.
- Soliha, S., Lestari, T. P., & Maghfiroh, I. L. (2023). HUBUNGAN PERILAKU SELF-MANAGEMENT DENGAN KUALITAS HIDUP PENDERITA

- HIPERTENSI DI PUSKESMAS MADURAN LAMONGAN. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 11(5), 481. <https://doi.org/10.24843/coping.2023.v11.i05.p14>
- Sonia, F. S., Subiyanto, P., & Noviati, B. E. (2023). Hubungan Antara Self Management Behaviour terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Panti Rini. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(3), 173. <https://doi.org/10.22146/jkkk.90070>
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *JURNAL KEPERAWATAN CIKINI*, 3(1), 20–25. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- Wahidin, M., Agustiya, R. I., & Putro, G. (2023). Beban Penyakit dan Program Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2), 105–112. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v6i2.6253>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>