

HUBUNGAN SELF CARE MANAGEMENT TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA

Kristina Pae¹, Ira Ayu Maryuti², Made Indra Ayu Astarini³

¹⁻³Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Abstrak

Latar Belakang: Lansia mengalami hipertensi akibat penurunan fungsi tubuh karena proses penuaan. Penatalaksanaan *self care management* pada hipertensi sangat dibutuhkan untuk mengurangi komplikasi yang menyebabkan kerusakan pada jantung, ginjal, otak dan kerusakan lainnya. **Tujuan:** Untuk membuktikan adanya korelasi antara *self care management* dengan tekanan darah pada lansia. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, dimana sampelnya sebanyak 26 orang lansia. Teknik *purposive sampling* digunakan dalam pemilihan sampel penelitian ini. Hasil yang diperoleh diuji menggunakan program SPSS 23 dengan metode statistik Pearson dimana signifikansinya adalah $\alpha = <0,05$. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan alat ukur berupa *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ)* dan sfigmomanometer untuk menilai tekanan darah lansia. Penelitian ini dilakukan di Desa Curah Cottok, Kecamatan Kapongan, Kabupaten Situbondo, Jawa Timur. **Hasil:** Data yang diperoleh saat melakukan uji korelasi Pearson dengan taraf kesalahan (α) = 0,05, adalah nilai *self care management* dengan tekanan darah sistolik $r = -0,792$, $p = 0,000$ dan nilai *self care management* dengan tekanan darah diastolik $r = -0,495$, $p = 0,010$. Ini berarti ada hubungan signifikan antara *self care management* dengan tekanan darah. **Kesimpulan:** Semakin besar nilai *self care management* maka semakin rendah tekanan darah pada lansia dan sebaliknya.

Kata Kunci : Tekanan Darah, Hipertensi, *Self Care Management*, Lansia

Relationship *Self Care Management* and Blood Pressure in Elderly

Abstrack

Background: The elderly suffer from hypertension due to decreased body function because of the aging process. Self care management in hypertension is urgently needed to reduce complications that cause damage to the heart, kidneys, brain, and others. **Aim:** To prove the relationship between self care management and blood pressure in the elderly. **Method:** This study was a correlational analytic study with a cross sectional approach, that the sample are 26 elderly. Purposive sampling technique was used for taken the sample. The results obtained were tested using the SPSS 23 program with the Pearson statistical method where the significance is $\alpha = <0.05$. Data collection in this study used measuring instruments in the form of the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) and a sphygmomanometer to assess blood pressure in the elderly. This research was conducted in Curah Cottok Village, Kapongan District, Situbondo Regency, East Java. **Results:** The data obtained when carrying out the Pearson correlation test with an error level (α) = 0.05, are self care management values with systolic blood pressure $r = -0.792$, $p = 0.000$ and self care management values with diastolic blood pressure $r = -0.495$, $p = 0.010$. This means that there is a significant relationship between self care management and blood pressure. **Conclusion:** The greater the value of self care management, the lower the blood pressure in the elderly and vice versa.

Keywords: Blood Pressure, Hypertension, Self Care Management, Elderly

Korespondensi:

Kristina, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Jl. Raya Kalisari Selatan No.1, Kel. Kalisari, Kec. Mulyorejo, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia 60112, Tel,- +62 852-5782-1004, Email : kristina@ukwms.ac.id

Received: 27/08/2023

Revised: 29/08/2023

Accepted: 30/08/2023

LATAR BELAKANG

Tekanan darah tinggi atau yang dalam istilah medis disebut hipertensi adalah sebuah penyakit yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg dalam waktu yang lama atau disebut juga kronis. Hipertensi dapat terjadi dikarenakan kerja jantung yang meningkat saat melakukan pemompaan darah untuk pemenuhan oksigen dan gizi dalam tubuh seseorang (Dinas Kesehatan Kabupaten Badung, 2019). Lansia mengalami berbagai kemunduran fungsi organ baik jantung, ginjal, otak, dan organ lainnya. Akibat hal ini, lansia beresiko lebih besar menderita penyakit hipertensi (Junaedi, E & Yulianti, 2013).

World Health Organization (WHO) melakukan pendataan tahun 2015 dan mendapatkan hasil sekitar 1,13 miliar penduduk dunia menderita penyakit tekanan darah tinggi. Perkiraan jumlah penderita hipertensi di Indonesia adalah sebesar 8,36% atau dengan kata lain sebanyak 658.201 penduduk Indonesia menderita penyakit hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Provinsi Jawa Timur diperkirakan penduduknya menderita hipertensi sebanyak 8,01% yang setara dengan 105.380 penduduk menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Berdasarkan data rikesda lansia di Indonesia yang menderita hipertensi sebesar 23,31 % atau setara 38.335 orang lansia (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Berdasarkan survey awal di lokasi penelitian terdapat sekitar 100 orang lansia di Desa Curah Cottok dimana status kesehatan mereka tidak terkontrol akibat fasilitas kesehatan yang lokasinya jauh dari desa dan hanya ada posyandu 1 bulan sekali

sehingga banyak lansia yang tidak mengetahui jika mereka menderita tekanan darah tinggi.

Berbagai komplikasi dapat terjadi pada seseorang yang menderita tekanan darah tinggi akibat kerusakan organ kardiovaskular, otak, ginjal sehingga penyakit seperti stroke, infark miokard akut, renal failure, maupun gagal jantung tidak dapat dihindari (Manangkot & Suindrayasa, 2020). Berbagai komplikasi ini dapat terjadi karena tekanan darah seseorang cenderung tinggi dalam waktu yang panjang sehingga menyebabkan kerusakan pembuluh darah yang dapat memicu penurunan fungsi organ-organ dalam tubuhnya. Komplikasi hipertensi yang berat akan memberikan ancaman yang serius pada penderitanya sehingga dapat menimbulkan kematian (Mariana & Simanullang, 2019).

Self care management adalah kemampuan yang harus dimiliki seseorang dalam perawatan diri secara mandiri untuk dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Wilandika & Salami, 2018). *Self care management* merupakan aktivitas seseorang untuk dapat mengontrol gejala yang ditimbulkan dari penyakit yang diderita, merawat tubuh dan jiwanya serta melakukan perubahan pola hidup yang lebih sehat mengikuti anjuran yang diberikan tim medis sehingga kualitas hidupnya menjadi optimal. Tujuan *self care management* dilakukan adalah agar individu secara lebih efektif dan efisien mengatur status kesehatan dalam jangka panjang, terlebih bagi individu yang menderita penyakit kronis seperti hipertensi (Mariana & Simanullang, 2019). Agar tidak menimbulkan komplikasi yang serius, penyakit tekanan darah tinggi harus dikontrol dengan berbagai cara seperti melakukan tatalaksana pengobatan yang

benar dan menerapkan perilaku hidup sehat (Rani, U. A & Dwi Ananto, 2018).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas maka peneliti melakukan penelitian ini di Desa Curah Cottok, Kecamatan Kapongan, Kabupaten Situbondo, Jawa Timur.

METODE

Desain analitik korelasional dimana menggunakan pendekatan *cross sectional* dipilih dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 Mei 2023 di Desa Curah Cottok, Situbondo, Jawa Timur. Teknik *purposive sampling* digunakan dalam penelitian ini sehingga didapatkan 26 orang lansia sebagai respondennya. Kriteria inklusi yang diterapkan dalam pemilihan sampel adalah lansia dengan hipertensi, dapat berbicara secara verbal, serta bersedia menjadi responden dalam penelitian. Kriteria eksklusi yang diterapkan yaitu lansia hipertensi yang mengalami komplikasi yang menyebabkan ketidakmampuan dalam mengisi instrumen penelitian karena komplikasi yang dialami seperti stroke, gangguan neurologi, penurunan kesadaran atau adanya kelainan fungsi kognitif.

Data dikumpulkan melalui pengisian *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ)* dan penggunaan sfigmomanometer untuk mengetahui tekanan darah lansia. Kuesioner *HSMBQ* merupakan kuisisioner berbahasa Inggris yang oleh peneliti diterjemahkan secara bebas ke dalam bahasa Indonesia. *HSMBQ* ini dari 40 item pernyataan. Hasil uji validitas dan reliabilitasnya merupakan uji tepakai, dimana nilai validitas: $r=0.440-0.829$ dengan item yang tidak valid pada nomor 5, 6, 11, 26, 28, dan 30 serta nilai reliabilitas:

$\alpha=0.960$ (34 item valid). Keseluruhan item pernyataan yang tidak valid tetap dihitung dalam skor penelitian dikarenakan item-item tersebut jika dihilangkan akan mempengaruhi makna pada domain integrasi diri serta domain interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya. Sfigmomanometer yang digunakan telah dikalibrasi sebelumnya.

Data *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ)* disajikan dalam bentuk interval dan data tekanan darah disajikan dalam bentuk rasio. Data diuji dengan uji korelasi Pearson dengan tingkat signifikansi $\alpha = <0,05$. Uji normalitas data yang merupakan syarat telah dilakukan sebelum melakukan uji korelasi Pearson.

Peneliti memberikan penjelasan tentang prosedur penelitian sehingga responden paham dan memberikan persetujuan dengan menandatangani lembar *informed consent*. Selanjutnya penelitian dilaksanakan dengan mengikuti prinsip etik yang sudah ditentukan.

HASIL

Penyajian hasil penelitian dilakukan dalam bentuk analisis univariat dan bivariat sebagai berikut.

Hasil Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian disajikan dalam tabel 1 dimana diperoleh jika mayoritas responden adalah orang yang berusia lanjut (60-74 tahun) berjumlah 23 orang (88,46 %), seluruhnya merupakan perempuan (100%), pendidikan terakhir SD berjumlah 14 orang (53,84%) dan tidak bekerja/ IRT sebanyak 21 orang (80,76 %).

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia		
	60-74 tahun	23	88,46
	75-90 tahun	3	11,54
	Total	26	100,0
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	26	100
	Total	26	100
3	Pendidikan terakhir		
	SD	14	53,84
	SMP	8	30,77
	SMA	4	15,38
	Total	26	100
4	Pekerjaan		
	IRT/Tidak bekerja	21	80,77
	Wirasawasta	3	11,54
	Petani	2	7,69
	Total	26	100

2. Self Care Management

Nilai *self care management* disajikan melalui tabel 2 merupakan kategori dimana terdapat 16 orang

(61,54%) kategori kurang, 6 orang (23,08%) kategori cukup, dan 4 orang (15,38%) kategori baik.

Tabel 2. *Self Care Management*

No	Self care management	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	16	61,54
2	Cukup	6	23,08
3	Baik	4	15,38
	Total	26	100,0

***Pengkategorian di atas hanya untuk membantu memudahkan penyajian hasil tetapi tidak digunakan dalam uji statistik dalam penelitian ini.**

3. Tekanan Darah

Tabel 3 menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik lansia berdasarkan kategorinya adalah 1 orang (3,85%)

kategori optimal, 6 orang (23,08%) normal tinggi, 12 orang (46,15%) hipertensi derajat I, 4 orang (15,38%) hipertensi derajat II, dan 3 orang (11,54%) hipertensi derajat III.

Tabel 3. Tekanan Darah Sistolik

No	Kategori Tekanan Darah Sistolik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Optimal	1	3,85
2	Normal tinggi	6	23,08
3	Hipertensi derajat I	12	46,15
4	Hipertensi derajat II	4	15,38
5	Hipertensi derajat III	3	11,54
	Total	26	100,0

***Pengkategorian di atas hanya untuk membantu memudahkan penyajian hasil tetapi tidak digunakan dalam uji statistik dalam penelitian ini.**

Tabel 4 menunjukkan bahwa tekanan darah diastolik lansia berdasarkan kategorinya adalah 10 orang (38,46%) optimal, 5 orang (19,23%) normal, 5 orang (19,23%) normal tinggi, 3 orang (11,54%) hipertensi derajat I, dan 3 orang (11,54%) hipertensi derajat II.

Tabel 4. Tekanan Darah Diastolik

No	Kategori Tekanan Darah Diastolik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Optimal	10	38,46
2	Normal	5	19,23
3	Normal tinggi	5	19,23
4	Hipertensi derajat I	3	11,54
5	Hipertensi derajat II	3	11,54
Total		26	100,0

***Pengkategorian di atas hanya untuk membantu memudahkan penyajian hasil tetapi tidak digunakan dalam uji statistik dalam penelitian ini.**

Hasil Analisa Bivariat

1. Hubungan *Self Care Management* terhadap Tekanan Darah Sistolik

Tabel 5 menunjukkan bahwa diperoleh nilai *self care management* dengan tekanan darah sistolik $r = -0,792$, $p = 0,000$. Hasil ini membuktikan ada hubungan signifikan antara *self care management* dengan tekanan darah sistolik dimana hubungan tersebut berlawanan yang berarti semakin besar nilai *self care management* maka semakin rendah tekanan darah sistolik pada lansia dan sebaliknya.

Tabel 5. Hubungan Self Care Management terhadap Tekanan Darah Sistolik

		Correlations	
		self_management	sistole
self_management	Pearson Correlation	1	-.792**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	26	26
sistole	Pearson Correlation	-.792**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	26	26

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Hubungan *Self Care Management* terhadap Tekanan Darah Diastolik

Tabel 6 menunjukkan bahwa diperoleh nilai *self care management* dengan tekanan darah diastolik $r = -0,495$, $p = 0,010$. Hasil tersebut berarti ada hubungan signifikan antara *self care management* dengan tekanan darah diastolik yang bersifat negatif dengan makna semakin besar nilai *self care*

management maka semakin rendah tekanan darah diastolik pada lansia.

Tabel 6. Hubungan Self Care Management terhadap Tekanan Darah Diastolik

		Correlations	
		self_management	diastole
self_management	Pearson Correlation	1	-.495*
	Sig. (2-tailed)		.010
	N	26	26
diastole	Pearson Correlation	-.495*	1
	Sig. (2-tailed)	.010	
	N	26	26

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

DISKUSI

Hasil penelitian yang dipaparkan pada tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas lansia, 16 orang (61,54%) memiliki *self care management* dengan kategori kurang. *Self care management* adalah kompetensi yang harus dimiliki seseorang untuk menjaga agar perilaku hidup sehatnya tetap terjaga dengan melakukan pengaturan pola makan, latihan fisik, kepatuhan terhadap terapi, serta observasi mandiri dan koping emosional yang adaptif (Woodham, N. S., Taneepanichskul, S., Somrongthong, R., & Auamkul, N., 2018). Kuisisioner *self care management* terdiri dari 5 domain diantaranya integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, serta kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (Isnaini, N & Lestari, I.G, 2018). Pernyataan yang seluruhnya mendapat nilai tertinggi adalah tentang larangan untuk merokok dan minum minuman beralkohol karena keseluruhan responden adalah perempuan yang tidak merokok dan minum minuman beralkohol. Nilai yang rendah didapatkan dari diet rendah garam, anjuran

minum obat tekanan darah, kontrol ke fasilitas kesehatan, dan pemantauan tekanan darah yang tidak diikuti sesuai aturan yang telah dianjurkan petugas medis. Peneliti berpendapat jika nilai *self care management* yang dimiliki lansia mayoritas kurang dikarenakan berbagai faktor diantaranya usia dimana usia yang mendapat nilai baik dan cukup berada pada kisaran usia lanjut usia, sedangkan yang berusia lanjut usia tua seluruhnya mendapat nilai kurang. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan seiring dengan bertambahnya usia kemampuan seseorang menjalani *self care management* akan semakin berkurang dan lansia membutuhkan bantuan orang lain terutama keluarga dalam melakukan perawatan terhadap hipertensi (Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A, 2022). Dukungan keluarga dibutuhkan dalam menjalani *self care management* hipertensi dalam bentuk dukungan secara psikologis, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan berupa informasi (Mariyani, M., Azriful, A., & Bujawati, E, 2021). Faktor lain dalam penelitian ini yang menyebabkan nilai *self care management* responden

kurang adalah tingkat pendidikan yang rendah. Peneliti berpendapat jika pendidikan yang rendah akan menyebabkan kesulitan dalam menerima pengetahuan tentang *self care management*. Pernyataan tersebut dikuatkan dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan *self care management* hipertensi dimana semakin baik pengetahuan maka *self care management* pada penderita hipertensi akan lebih baik dan sebaliknya (Sakinah, S., Ratu, J. M., & Weraman, P, 2020). Selain kedua faktor yang telah diungkapkan sebelumnya faktor fasilitas kesehatan juga merupakan faktor penting yang dapat mendukung keberhasilan *self care management*, hal ini diungkapkan responden dalam penelitian dimana di desa Curah Cottok fasilitas kesehatan lokasinya jauh dari desa dan hanya ada posyandu 1 bulan sekali sehingga banyak lansia yang enggan untuk datang memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan. Pendapat ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan jika keberhasilan *self care management* didukung oleh pemeriksaan kesehatan yang rutin ke fasilitas kesehatan serta pelayanan tenaga kesehatan yang optimal (Mariana, S. R. I., & Simanullang, P, 2019).

Merujuk pada Tabel 3 dan 4 yang telah dipaparkan sebelumnya menunjukkan jika tekanan darah sistolik lansia mayoritas dalam kategori hipertensi derajat I sedangkan tekanan darah diastolik lansia cenderung dalam kategori optimal. Tekanan darah tinggi adalah keadaan yang digambarkan dengan meningkatnya tekanan darah setelah dilakukan pengukuran berkala dengan nilai sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg (Yessie & Andra, 2013). Penelitian ini mengklasifikasikan tekanan darah

mengikuti klasifikasi The Eighth Joint National Committee (JNC 8) (Mariana, S. R. I., & Simanullang, P, 2019). Penyakit tekanan darah tinggi disebabkan oleh banyak hal diantaranya umur, jenis kelamin, ras atau keturunan, berat badan berlebih, stress, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol, serta asupan yang salah (Febrian Rahayu, N. W. N., Rodja Suantara, I., Nursanyoto, M. K., & Hertog, I, 2020). Pada penelitian ini seluruh responden berusia lanjut dimana pada lansia hipertensi terjadi akibat proses penuaan (Kholifah, S. N, 2016). Sebuah penelitian membuktikan jika kejadian tekanan darah tinggi pada penderita yang berumur di atas 65 tahun terjadi dalam rentang 60-80% (Wiliyanarti, Pipit Festi, 2016). Sekitar 60% lansia mengalami hipertensi dengan kategori sistolik terisolasi (*Isolated Systolic Hypertension*) yang digambarkan dengan naiknya tekanan darah sistolik namun tekanan darah diastolik mengalami penurunan. Hal ini terjadi karena faktor elastisitas aorta yang menurun dan kekakuan (Manurung, Nixon, 2018). Dalam penelitian ini kebiasaan merokok dan konsumsi minuman beralkohol tidak menjadi penyebab lansia mengalami hipertensi karena seluruh responden merupakan perempuan yang tidak merokok dan mengkonsumsi minuman beralkohol. Namun faktor jenis kelamin dapat menyebabkan hipertensi karena berkurangnya kadar estrogen pada perempuan yang sudah menopause dapat menjadi salah satu pemicu tekanan darah tinggi Kusumawaty, J, Hidayat, N, & Ginanjar, E, 2016).

Penelitian ini menunjukkan bahwa diperoleh nilai *self care management* dengan tekanan darah sistolik $r = -0,792$, $p = 0,000$ dan nilai *self care management* dengan tekanan darah diastolik $r = -0,495$,

$p = 0,010$. Hasil ini membuktikan ada hubungan signifikan antara *self care management* dengan tekanan darah dimana hubungan tersebut berlawanan yang berarti semakin besar nilai *self care management* maka semakin rendah tekanan darah pada lansia dan sebaliknya semakin kecil nilai *self care management* maka semakin tinggi tekanan darah. *Self care management* dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup semaksimal mungkin, mengidentifikasi, serta mengatasi gejala yang muncul akibat penyakit, memperkecil kemungkinan terjadinya komplikasi, dan memperkecil kemungkinan gangguan yang timbul akibat penurunan fungsi tubuh, jiwa serta hubungan antar individu, yang berpengaruh pada hidup seseorang (Akhter, N, 2010). Hal ini dikuatkan dengan pernyataan yang mengungkapkan bahwa ada pengaruh positif antara *self management* dan tekanan darah sistolik dimana hasil uji Spearman Rank didapatkan $p \text{ value} = 0,000 (< \alpha = 0,05)$, dengan koefisien korelasi $(r) = -0,559$ serta ada pengaruh positif yang sangat signifikan antara *self management* dengan tekanan darah diastolik. Hasil uji Spearman Rank didapatkan $p \text{ value} = 0,034 (< \alpha = 0,05)$, dengan koefisien korelasi $(r) = -0,354$ (Isnaini, N & Lestari, I.G, 2018). Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Bandung tentang efektifitas *self management* pada pasien dengan tekanan darah tinggi, dimana dinyatakan bahwa *self management* efektif membantu menurunkan tekanan darah pasien dengan hipertensi. Perubahan ini terjadi akibat perubahan gaya hidup yang dilakukan responden yaitu dengan melakukan olahraga, mengurangi konsumsi garam, dan konsumsi obat hipertensi dengan rutin sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan komplikasi yang

mungkin ditimbulkan (Calisanie, N. N. P., & Lindayani, L, 2021).

Integrasi diri merupakan kemampuan seseorang dalam menjaga kesehatannya dengan melakukan aktivitas yang menunjang kesehatannya setiap hari. Aplikasi *self care management* hipertensi ini dilakukan dengan menjaga asupan makanan dari jenis hingga jumlahnya serta melakukan latihan fisik sehingga menyebabkan tekanan darah menurun. Sebuah penelitian membuktikan asupan makanan yang berlebih akan menyebabkan index massa tubuh meningkat dan obesitas, hal ini akan menyebabkan mekanisme arterial terganggu, kerja jantung akan meningkat, dan risiko hipertensi akan semakin besar (Heru, R. H. S, Dewanti, L, Dharmadjati, B. B. B, 2020). Regulasi diri digambarkan dengan kegiatan observasi dan monitoring tanda serta gejala tekanan darah tinggi. Tindakan ini sangat diperlukan untuk meningkatkan kewaspadaan terhadap tekanan darah tinggi sehingga mampu mengambil keputusan maupun mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah komplikasi yang dapat ditimbulkan (Woodham, N. S., Taneepanichskul, S., Somrongthong, R., & Auamkul, N., 2018). Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa penderita hipertensi mampu mengontrol penyakitnya dengan baik bila ada kolaborasi yang baik antara orang tersebut dan tenaga kesehatan serta *support system* yang ada di sekelilingnya seperti keluarga, orang terdekat, teman maupun tetangga sekitar (Ademe, S., Aga, F., & Gela, D, 2018).

KESIMPULAN

Self care management lansia mayoritas dalam kategori kurang, tekanan darah sistolik lansia cenderung hipertensi derajat I namun tekanan darah diastoliknya

cedeung optimal. Hasil penelitian ini menemukan ada hubungan signifikan antara *self care management* dan tekanan darah lansia dimana semakin tinggi nilai *self care management* maka semakin rendah tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ademe, S., Aga, F., & Gela, D. (2019). Hypertension Self-Care Practice and Associated Factors Among Patients in Public Health Facilities of Dessie Town, Ethiopia. *BMC Health Services Research*, 19:51(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12913-019-3880-0>
- Akhter, N. (2010). Self-Management Among Patients With Hypertension In Bangladesh (hal. 88). Mrs. Nargis Akhter
- Calisanie, N. N. P., & Lindayani, L. (2021). Pengaruh Intervensi Self-Management terhadap Self-Care dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Risenologi*, 6(1a), 24-30.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Badung. (2019). Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung 2019. Dinas Kesehatan Kabupaten Badung.
- Febrian Rahayu, N. W. N., Rodja Suantara, I., Nursanyoto, M. K., & Hertog, I. (2020). *Gambaran Asupan Serat, Kolesterol Dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Peguyangan Kecamatan Denpasar Utara* (Doctoral dissertation, Jurusan Gizi).
- Heru, R. H. S, Dewanti, L, Dharmadjati, B. B. (2020). Self Care Management Dengan Output Terapi Pada Pasien Hipertensi Di Dua Puskesmas Di Surabaya. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 7 (3), 84-90
- Isnaini, N & Lestari, I.G. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 7 - 18. doi:<https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.725>
- Junaedi, E., & Yulianti, S. D. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal* (1st ed.). Fmedia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*. Jawa Timur: Balitbangkes.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.
- Kusumawaty, J, Hidayat, N, & Ginanjar, E. (2016). Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Mutiara Medika*, 16 (2), 46-51.
- Manangkot, M. V., & Suindrayasa, I. M. (2020). Gambaran Self Care Behaviour Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Wilayah Kota Denpasar (Vol. 8, Nomor 4, hal. 410–415). *Community of Publishing In Nursing*. <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/pks>
- Manurung, Nixon. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Mariana, S. R. I., & Simanullang, P. (2019). Self Management Pasien Hipertensi Di RSUP H. Adam Malik Medan.
- Mariyani, M., Azriful, A., & Bujawati, E. (2021). Family Support Through Self Care Behavior for Hypertension Patients. *Diversity: Disease Preventive of Research Integrity*, 2(1), 1-8. <https://doi.org/10.24252/diversity.v2i1.2>

3180

- Rani, U. A, Dwi Ananto, I. C. (2018). Pengaruh Pengendalian Diri Berbasis Teori Self Care Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 119–125.
- Sakinah, S., Ratu, J. M., & Weraman, P. (2020). Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”)*, 11(3), 245. <https://doi.org/10.33846/sf11305>
- 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). <https://doi.org/10.55644/JKC.V3I1.67>
- Wilandika, A., & Salami. (2018). Kajian Self-Care Management Hipertensi dengan Pendekatan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Hypertension Self-Care Management Through Self-Efficacy And Social Support Approach : Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 37–42.
- Wiliyanarti, Pipit Festi. (2018). *Buku Ajar Lansia : Lanjut Usia, Perspektif dan Masalah* . Surabaya: UMSurabaya Publishing.
- Woodham, N. S., Taneepanichskul, S., Somrongthong, R., & Auamkul, N. (2018). Self-Care Management Among Elderly Patients With Hypertension And Poor Adherence To Treatment, Living In Rural Thailand: A Qualitative Study. *Pakistan Journal of Public Health*, 8(2), 84–89. <https://doi.org/10.32413/pjph.v8i2.13>
- Yessie, M. P., & Andra, S. W. (2013). *KMB 1 Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa) (1 ed.)*. Nuha Medika