

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDIRI I TAHUN 2023**



Oleh:

NI MADE ARI PUSPITA DEWI
NIM.P07120120033

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN DENPASAR
2023**

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDIRI I TAHUN 2023

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

Oleh:

NI MADE ARI PUSPITA DEWI

NIM.P07120120033

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDIRI I TAHUN 2023

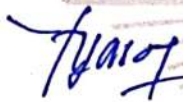
Diajukan Oleh :

NI MADE ARI PUSPITA DEWI

P07120120033

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



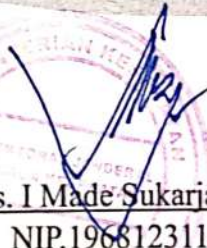
Ns. I Gusti Ayu Ari Rasdini, S.Pd., S.Kep., M.Pd
NIP.195910151986032001

Pembimbing Pendamping



I Made Mertha, SKp.M.Kep
NIP.196910151993031015

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ners. I Made Sukarja, S.Kep. M.Kep
NIP.196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDIRI I TAHUN 2023**

Diajukan Oleh:

Ni Made Ari Puspita Dewi
P07120120033

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 11 MEI 2023**

TIM PENGUJI:

1. V.M Endang S.P. Rahayu, S.Kp.,M.Pd (Ketua Penguji) (NIP.195812191985032005)
2. Ns. Ni Made Wedri, A.Per.Pen.,S.Kep.,M.Kes (Anggota) (NIP. 196106241987032002)
3. Ns. I Wayan Sukawana, S.Kep.,M.Pd (Anggota) (NIP.196709281990031001)

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**

Ners. I Made Sukarja, S.Kep. M.Kep
NIP.196812311992031020

DESCRIPTION OF SELF CARE MANAGEMENT WITH HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE PUBLIC HEALTH CENTER KEDIRI I IN 2023

ABSTRACT

Hypertension is an increase in blood pressure above normal limits which will cause morbidity and even death. Self care management is a positive effort for sufferers to optimize the health of sufferers, control and manage signs and symptoms that appear, prevent complications. This study aims to describe self-care management in hypertensive patients at the Kediri I Public Health Center in 2023. This type of research is descriptive with a cross-sectional approach. The research was conducted at the Kediri I Public Health Center with a total sample of 137 hypertension sufferers. Sampling by purposive sampling. Measuring tool used is a questionnaire. Based on the results of the self-care management study of hypertension sufferers on the self-integrity component, 90 respondents (65.7%) were good, self-regulation was sufficient, 76 respondents (55.5%), interaction with other health workers was good, 66 respondents (48.2%), monitoring good blood pressure 89 respondents (65.0%), and good adherence to the recommended rules 89 respondents (65.0%). Self care management for hypertension sufferers is good, namely 96 respondents (70.1%), self care management for hypertension sufferers is sufficient, namely 30 respondents (21.9%), self care management for hypertension sufferers is sufficient, namely 11 respondents (8.0%). It is hoped that health workers will increase education related to self-care management based on self-regulation and interactions with other health workers in people with hypertension, especially in outpatients.

Keyword: self care management, hypertension

GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDIRI I TAHUN 2023

ABSTRAK

Hipertensi adalah kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. *Self care management* merupakan usaha positif penderita untuk mengoptimalkan kesehatan dari penderita, mengontrol dan manajemen tanda dan gejala yang muncul, mencegah terjadinya komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self care management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Kediri I dengan jumlah sampel sebanyak 137 penderita hipertensi. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Berdasarkan hasil penelitian *self care management* penderita hipertensi pada komponen integritas diri baik 90 responden (65,7%), regulasi diri cukup 76 responden (55,5%), interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya baik 66 responden (48,2%), pemantuan tekanan darah yaitu baik 89 responden (65,0%), dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan baik 89 responden (65,0%). *Self care management* pada penderita hipertensi baik yaitu 96 responden (70,1%), *self care management* pada penderita hipertensi cukup yaitu 30 responden (21,9%), *self care management* pada penderita hipertensi kurang yaitu 11 responden (8,0%). Diharapkan supaya petugas kesehatan meningkat edukasi terkait *self care management* berdasarkan regulasi diri dan interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya pada penderita hipertensi terutama pada penderita yang rawat jalan.

Kata kunci: *self care management*, hipertensi

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kediri
I Tahun 2023

Oleh : Ni Made Ari Puspita Dewi (P07120120033)

Menurut WHO (World Health Organization), tekanan darah tinggi adalah tekanan darah sistolik minimal 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik minimal 90 mmHg. Hipertensi adalah suatu kondisi di mana tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal ini bisa terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan tubuh akan oksigen dan nutrisi. Hingga saat ini, hipertensi masih menjadi masalah global dan penyebab kematian dini di seluruh dunia.(Sakinah et al., 2020)

Berdasarkan Profil Kesehatan Tahun 2021 Dinas Kesehatan Provinsi Bali, jumlah penderita hipertensi di Bali sebanyak 555.184 kasus. Prevalensi penderita hipertensi di atas usia 15 tahun lebih tinggi pada penderita wanita yaitu 51% dibandingkan penderita pria yaitu 49 %.(Bali, 2021) Di Bali khususnya Kabupaten Tabanan penderita hipertensi,yang mendapatkan pelayanan kesehatan Kabupaten Tabanan bagi penderita hipertensi di Kabupaten Tabanan pada tahun 2021 mencapai 41,8 %.(DinkesTabanan, 2021)

Efek tekanan darah tinggi dapat membuat lebih berisiko mengalami kerusakan pada sistem kardiovaskular, otak, dan ginjal, serta menyebabkan komplikasi pada sejumlah penyakit, termasuk stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung.(Simanullang, 2019)

Self management adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan perilaku efektif dan pengendalian penyakit yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu mereka yang terkena dampak menurunkan dan mempertahankan tekanan darah

Self care management hipertensi sangat dibutuhkan agar penderita tidak mengalami penurunan kesehatan dikarenakan penyakit sering berulang. *Self care management* mengarah pada tindakan untuk mempertahankan perilaku yang efektif meliputi penggunaan obat yang diresepkan, mengikuti diet dan olahraga,

pamantauan secara mandiri dan koping emosional dengan penyakit yang diderita (Fernalia et al., 2019)

Tujuan umum pada penelitian ini untuk mengetahui gambaran *self care management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I tahun 2023. Tujuan khusus pada penelitian ini yaitu mengidentifikasi karakteristik penderita hipertensi (umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, durasi hipertensi) di Puskesmas Kediri I tahun 2023. Mengidentifikasi gambaran *self care management* penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I tahun 2023. Mengidentifikasi gambaran *self care management* berdasarkan karakteristik penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif, yang menggambarkan *self care management* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kediri I. penelitian ini menggunakan rancangan dengan pendekatan cross sectional study, yaitu pengukuran variabel diukur dalam waktu bersamaan pada periode tertentu. Rancangan ini melihat gambaran *self care management* pada penderita hipertensi dalam satu populasi tertentu saja. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *purposive sampling* dengan 137 sampel. Analisa data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis *univariat*, dimana menggunakan metode statistik deskriptif untuk mendapatkan gambaran *self care management* pada penderita hipertensi dalam bentuk tabel frekuensi.

Berdasarkan hasil penelitian *self care management* penderita hipertensi pada komponen integritas diri yaitu baik 90 responden (65,7%), regulasi diri yaitu cukup 76 responden (55,5%), interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya yaitu baik 66 responden (48,2%), pemantuan tekanan darah yaitu baik 89 responden (65,0%), dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan yaitu baik 89 responden (65,0%). *Self care management* pada penderita hipertensi baik yaitu 96 responden (70,1%), *self care management* pada penderita hipertensi cukup yaitu 30 responden (21,9%), *self care management* pada penderita hipertensi kurang yaitu 11 responden (8,0%).

Berdasarkan penelitian maka dapat disimpulkan mayoritas penderita hipertensi di puskesmas Kediri I memiliki *self care management* yang baik, untuk itu diharapkan bagi penderita hipertensi dapat mempertahankan *self care management* yang sudah dilakukan dan mentaati anjuran yang diberikan tenaga

kesehatan. Diharapkan untuk puskesmas dapat meningkatkan pelayanan kesehatan terutama bagi penderita hipertensi, yaitu dengan selalu memberikan perhatian dan motivasi kepada penderita hipertensi dengan mengingatkan penderita untuk rutin melakukan pengobatan dan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi mengenai kepatuhan diet rendah garam, kepatuhan minum obat, aktivitas olahraga. Dan pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian ini untuk mengembangkan hasil penelitian yang lebih luas lagi, seperti melakukan penelitian terkait faktor-faktor yang mempengaruhi *self care management* penderita hipertensi ada hubungan dengan kualitas hidup penderita hipertensi.

KATA PENGANTAR

Om Swastiastu, Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul **“Gambaran *Self Care Managament* Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023”** tepat pada waktunya.

Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Dr.Sri Rahayu,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes , selaku PLT Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST.,S.Kep.,NS.,M.Kes. selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar serta atas dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada penulis.
4. Ibu Ns.I Gusti Ayu Ari Rasdini,S.Pd.,S.Kep.,M.Pd selaku pembimbing utama yang selalu bersedia meluangkan banyak waktu untuk memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Bapak I Made Mertha, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah memberi bimbingan, dukungan, petunjuk, koreksi, dan saran dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh Dosen dan Staff Jurusan Keperawatan yang telah membantu dan membimbing selama penyusunan usulan penelitian ini.
7. Kepala Puskesmas Kediri I yang telah memberikan izin dalam penelitian ini.

8. Bapak I Wayan Janawan dan Ibu Ni Wayan Yudiantari selaku orang tua yang telah memberi motivasi, memberi doa serta dorongan dan semangat untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Seluruh teman terdekat saya dan seluruh teman-teman Angkatan XXXV terutama teman-teman tingkat III.1 Diploma III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang banyak memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah sesuai dengan harapan.
10. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Denpasar, 2 Mei 2023

Penulis

Ni Made Ari Puspita Dewi

DAFTAR ISI

Halaman

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iii
ABSTRACT	iv
RINGKASAN PENELITIAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan umum.....	6
2. Tujuan khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat praktis.....	7
2. Manfaat pengembangan IPTEK keperawatan.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Hipertensi.....	8
1. Pengertian hipertensi	8
2. Etiologi hipertensi	8
3. Patofisiologi hipertensi.....	9
4. Klasifikasi hipertensi.....	10
5. Tanda dan gejala	11
6. Komplikasi hipertensi	11

7. Penatalaksanaan Hipertensi.....	12
B. Konsep <i>Self Care Management</i> Pada Hipertensi	13
1. Definisi <i>self care management</i> pada hipertensi.....	13
2. Tujuan <i>self care management</i> pada hipertensi	14
3. Komponen <i>self care management</i> pada hipertensi	15
4. Perilaku pengelolaan <i>self care management</i> pada hipertensi	17
C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Care Management</i> Pada Hipertensi	18
1. Jenis kelamin	18
2. Usia.....	18
3. Status pernikahan	18
4. Durasi hipertensi	19
5. Pengetahuan	19
6. Dukungan sosial	19
D. Penilaian <i>Self Care Management</i> Hipertensi.....	20
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	27
1. Definisi variabel	27
2. Definisi operasional variable.....	27
BAB IV METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
1. Populasi	29
2. Sampel	29
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
1. Jenis data	32
2. Teknik pengumpulan data	32
3. Instrumen pengumpulan data	33
E. Pengolahan dan Analisa Data	34
1. Pengolahan data.....	34

2. Analisa data	37
F. Etika Penelitian.....	37
1. <i>Beneficence</i> (kemurahan hati)	37
2. <i>Informed consent</i> (lembar persetujuan menjadi responden)	38
3. <i>Anonymity</i> (tanpa nama).....	38
4. <i>Confidentiality</i> (menjaga rahasia)	38
5. <i>Justice</i> (keadilan).....	39
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil Penelitian.....	40
1. Gambaran kondisi lokasi penelitian	40
2. Distribusi frekuensi karakteristik responden.....	41
3. Gambaran <i>self care management</i> penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I tahun 2023.	42
4. Gambaran <i>self care management</i> penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I berdasarkan karakteristik responden	43
B. Pembahasan	47
1. Karakteristik penderita hipertensi	47
2. Gambaran <i>self care management</i> penderita hipertensi.....	51
3. Gambaran <i>self care management</i> penderita hipertensi karakteristik demografi	53
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB VI PENUTUP	61
A. Simpulan.....	61
B. Saran	62
1. Kepada pasien	62
2. Kepada puskesmas	62
3. Kepada peneliti selanjutnya.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi	10
Tabel 2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	28
Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Status Pernikahan dan Durasi Hipertensi Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	41
Tabel 4 Indikator <i>Self Care Management</i> Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	42
Tabel 5 Gambaran <i>Self Care Management</i> Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	43
Tabel 6 Distribusi Frekuensi <i>Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Umur di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	43
Tabel 7 Distribusi Frekuensi <i>Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	44
Tabel 8 Distribusi Frekuensi <i>Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	45
Tabel 9 Distribusi Frekuensi <i>Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Status Pernikahan di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	45
Tabel 10 Distribusi Frekuensi <i>Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Durasi Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	22
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian Gambaran <i>Self Care management</i> Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kediri I.....	68
Lampiran 2 Master Tabel Pengumpulan Data.....	69
Lampiran 3 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian <i>Gambaran Self Care Management</i> Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023.....	72
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden	73
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	74
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>) Sebagai Peserta Penelitian	75
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian	77
Lampiran 8 Distribusi Karakteristik Responden dan <i>Self Care Management</i>	82
Lampiran 9 Tabulasi silang	85
Lampiran 10 Surat Studi Pendahuluan.....	88
Lampiran 11 Surat Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Santu Pintu	89
Lampiran 12 Surat Ijin Penelitian	89
Lampiran 13 Bukti Penyelesaian Administrasi	90
Lampiran 14 Surat Persetujuan Etik	91
Lampiran 15 Bukti Bimbingan	94
Lampiran 16 Uji Tounitin.....	95
Lampiran 17 Surat Pernyataan Publikasi Repository.....	98

DAFTAR SINGKATAN

ABPM	: <i>Ambulatory Blood Pressure Monitoring</i>
ESH-ESC	: <i>European Society of Hypertension- European Society of Cardiology</i>
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
HSMBQ	: <i>Hypertension Self- Management Behavior Quessttionnaire</i>
HBPM	: <i>Home Blood Pressure Monitoring</i>
TD	: Tekanan Darah
WHO	: <i>World Health Organization</i>