

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran kondisi lokasi penelitian

UPTD Puskesmas Kediri I terletak di Jalan Teuku Umar No.10, Kediri, Kabupaten Tabanan, Bali. Wilayah ini merupakan bagian dari Kecamatan Kediri dengan luas wilayah 44,31 km² dan ketinggian 115 m di atas permukaan laut. Sebagian besar wilayahnya adalah daerah pertanian/persawahan dengan curah hujan rata-rata 229 mm dan suhu udara antara 28-34°C. Puskesmas Kediri I memiliki wilayah kerja yang meliputi 6 desa dan 53 banjar/dusun. Batas wilayahnya adalah Kecamatan Marga di utara, Wilayah Kerja Puskesmas Kediri II di timur, Kecamatan Tabanan di barat, dan Wilayah Kerja Puskesmas Kediri II di selatan. UPTD Puskesmas Kediri I menyediakan layanan kesehatan seperti Promosi Kesehatan, Kesehatan Lingkungan, KIA dan KB, Gizi, P2M, dan Tidak Menular. Terdapat berbagai jaringan dan jejaring di sana, seperti Pustu, Pusling, dokter, dokter hewan, dokter gigi, dokter spesialis, bidan, perawat, klinik, toko obat, apotik, dan rumah sakit. Mayoritas penduduk di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kediri I beragama Hindu, namun ada juga yang beragama Islam dan Kristen.

Jumlah kunjungan penderita hipertensi di puskesmas Kediri I mencapai 2.939 pada tahun 2022. Pada bulan Januari 2023 jumlah kunjungan mencapai 209. Penelitian ini dilakukan dipoli umum dan poli lansia Puskesmas Kediri I yang dilakukan pada bulan April 2023 dengan sampel 137.

2. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Subyek pada penelitian adalah penderita hipertensi yang berkunjung dan tercatat registrasi di UPT Puskesmas Kediri I. Karakteristik responden yang diidentifikasi mencakup, umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, dan durasi hipertensi. Adapun hasil identifikasi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel dibawah

Tabel 3
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, Status Pernikahan dan Durasi Hipertensi Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia (tahun)		
< 50 tahun	15	10,9
50 – 70 tahun	97	70,8
>70 tahun	25	18,2
Jenis kelamin		
Perempuan	91	66,4
Laki-laki	16	33,6
Pendidikan		
Tidak Tamat SD	24	17,5
SD	41	29,9
SMP	20	14,6
SMA	34	24,8
Perguruan Tinggi	18	13,1
Status Pernikahan		
Belum menikah	0	0,0
Sudah menikah	131	95,6
Duda/Janda	6	4,4
Durasi Hipertensi		
< 5 tahun	111	81,0
6 – 10 tahun	21	15,3
>10 tahun	5	3,6

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 50 – 70 tahun sebanyak 97 orang (70,8%) dengan rata-rata usia yaitu 63 tahun dan standar deviasi yaitu 8,122, berjenis kelamin perempuan sebanyak 91 orang (66,4%), berpendidikan SD sebanyak 41 orang (29,9%), dengan status sudah

menikah sebanyak 131 orang (95,6%) dan sebagian besar responden memiliki durasi hipertensi < 5 tahun sebanyak 111 orang (81,0%).

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

Tabel 4
Indikator *Self Care Management* Penderita Hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Indikator	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	f	%	F	%	f	%	f	%
Integrasi diri	90	65,7	33	24,1	14	10,2	137	100,0
Regulasi diri	40	29,2	76	55,5	21	15,3	137	100,0
Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya	66	48,2	48	35,0	23	16,8	137	100,0
Pemantauan tekanan darah	89	65,0	28	20,4	20	14,6	137	100,0
Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan	89	65,0	26	19,0	22	16,1	137	100,0

Dari tabel 4, dapat dilihat bahwa mayoritas responden menunjukkan hasil yang baik dalam indikator integritas diri dengan jumlah sebanyak 90 orang (65,7%) dengan rata-rata 39,75 dan standar deviasi 6,387. Sedangkan pada indikator regulasi diri, mayoritas responden berada dalam kategori cukup dengan jumlah 76 orang (55,5%) dengan rata-rata 24,81 dan standar deviasi 5,116. Pada indikator interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, mayoritas responden berada dalam kategori baik dengan jumlah 66 orang (48,2%) dengan rata-rata 27,36 dan standar deviasi 5,958. Sementara pada indikator pemantauan tekanan darah katagori baik 89 orang (65,0%) dengan rata-rata 13,09 dan

standar deviasi 2,960. Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan, sebagian besar responden berada dalam kategori baik sebanyak 89 orang (65,0%) dengan rata-rata 16,42 dan standar deviasi 3,830.

Tabel 5

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

<i>Self Care Management</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	96	70,1
Cukup	30	21,9
Kurang	11	8,0
Total	137	100,0

Berdasarkan tabel 5 diatas diperoleh *self care management* penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I sebagian besar katagori baik yaitu sebanyak 96 orang (70,1%) dengan rata-rata 121,43 dan standar deviasi 20,208.

4. Gambaran *self care management* penderita hipertensi di puskesmas kediri I berdasarkan karakteristik responden

- Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan umur

Tabel 6

Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi Berdasarkan Umur Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%	F	%
< 50 Tahun	10	7,3	4	2,9	1	0,7	15	10,9
50 – 70 Tahun	68	49,6	21	15,3	8	5,8	97	70,8
> 70 Tahun	18	13,1	5	3,6	2	1,5	25	18,2
Total	96	70,1	30	21,9	11	8,0	137	100,0

Berdasarkan tabel 6 diatas diperoleh hasil sebagian besar responden berusia 50 – 70 tahun memiliki *self care management* yang baik pada penderita hipertensi yaitu sebanyak 68 orang (49,6%).

b. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan jenis kelamin

Tabel 7
Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi
Berdasarkan Jenis Kelamin Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Perempuan	67	48,9	18	13,1	6	4,4	91	66,4
Laki - laki	29	21,2	12	8,8	5	3,6	46	33,6
Total	96	70,1	30	21,9	11	8,0	137	100,0

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukan bahwa sebagian besar reponden perempuan memiliki *self care management* yang baik yaitu sebanyak 67 orang (48,9%).

- c. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan pendidikan

Tabel 8
Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi
Berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	Self Management		Care				Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Tidak tamat SD	17	12,4	7	5,1	0	0,0	24	17,5
SD	22	16,1	13	9,5	6	4,4	41	29,9
SMP	16	11,7	2	1,5	2	1,5	20	14,6
SMA	31	22,6	2	1,5	1	0,7	34	24,8
Perguruan Tinggi	10	7,3	6	4,4	2	1,5	18	13,1
Total	96	70,1	30	21,9	11	8,0	137	100,0

Berdasarkan tabel 8 diatas menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikann SMA dengan *self care management* yang baik sebanyak 31 orang (22,6%).

- d. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan status pernikahan

Tabel 9
Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi
Berdasarkan Status Pernikahan Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Status Pernikahan	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Belum Menikah	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0
Sudah Menikah	9	67,2	28	20,4	11	8,0	131	95,6
Duda/Janda	4	2,9	2	1,5	0	0,0	6	4,4
Total	9	70,1	30	21,9	11	8,0	137	100,0

Berdasarkan tabel 9 diatas menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki status pernikahan sudah menikah dengan *self care management* yang baik sebanyak 92 orang (67,2%) dan sebanyak 11 orang (8,0%) memiliki *self care management* yang kurang.

- e. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan durasi hipertensi

Tabel 10
Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi
Berdasarkan Durasi Hipertensi Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023

Durasi Hipertensi	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		F	%
	F	%	F	%	F	%		
< 5 tahun	76	55,5	24	17,5	11	8,0	111	81,0
5 – 10 tahun	16	11,7	5	3,6	0	0,0	21	15,3
>10 tahun	4	2,9	1	0,7	0	0,0	5	3,6
Total	96	70,1	30	21,9	11	8,0	137	100,0

Berdasarkan tabel 10 diatas menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun yaitu sebanyak 76 orang (55,5%).

B. Pembahasan

1. Karakteristik penderita hipertensi\

a. Usia

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik kelompok usia didapatkan semakin bertambah usia maka semakin tinggi pula jumlah penderita hipertensi, yaitu usia 50 – 70 tahun 97 responden (70,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma di Puskesmas Semarang Selatan dikelompokkan usia diatas 50 tahun keatas sebanyak 36 responden (36%) yang menderita hipertensi (Kusuma et al., 2019).

Menurut teori kesehatan faktor usia dapat mempengaruhi prevalensi hipertensi karena tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Hal ini dapat disebabkan perubahan struktur pada pembuluh darah

besar berupa penyempitan lumen dan penurunan elastisitas dinding pembuluh sehingga meningkatkan tekanan darah. Tekanan darah sistolik (TDS) dan tekanan darah diastolic (TDD) cenderung meningkat sesuai dengan bertambahnya umur (Widiana & Ani, 2017)

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang dengan usia lanjut akan memiliki resiko terkena hipertensi karena tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia disebabkan adanya perubahan struktur pada pembuluh darah besar berupa penyempitan lumen dan penurunan elastisitas dinding pembuluh sehingga meningkatkan tekanan darah.

b. Jenis kelamin

Hasil penelitian ini menemukan kasus hipertensi terbanyak terjadi pada perempuan sebanyak 91 orang (66,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdwin Wicaksana et al (2019) di Puskesmas Denpasar Timur I terdapat 15 responden perempuan dengan hipertensi (55,6%)

Jenis kelamin dapat mempengaruhi prevalensi terjadinya hipertensi, dimana wanita lebih beresiko mengalami hipertensi dimana pada wanita lebih tinggi ketika seorang wanita mengalami menopause. Wanita yang belum mengalami menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL). Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis. Efek perlindungan estrogen dianggap sebagai penjelasan adanya imunitas wanita pada usia

premenopause. Hormon estrogen tersebut akan menurun kadarnya ketika perempuan memasuki usia tua (menopause) sehingga perempuan menjadi lebih rentan terhadap hipertensi (Kusumawaty, 2016).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwan jenis kelamin sangat erat kaitanya terhadap terjadinya hipertensi dimana pada masa paruh baya lebih tinggi penyakit hipertensi pada wanita ketika seorang wanita mengalami menopause. Menopause berhubungan dengan peningkatan tekanan darah hal ini terjadi karena wanita yang menopause mengalami penurunan hormon estrogen, yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan.

c. Pendidikan

Hasil penelitian ini menemukan tingkat pendidikan SD sebanyak 41 responden (29,9%) dengan hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiani & Ani di Dusun Dusun Tengah, Desa Ulakan, Kecamatan Manggis terdapat 23 responden (51,1%) berpendidikan SD (Widiani & Ani, 2017)

Faktor pendidikan juga dapat mempengaruhi prevalensi hipertensi, dimana pendidikan yang rendah dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang kesehatan dan faktor resiko hipertensi. Tingkat pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah karena tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang yaitu seperti kebiasaan merokok, kebiasaan mengkonsumsi alkohol, asupan makan, dan aktivitas fisik (Waas et al., 2013)

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan pendidikan berperan penting terjadinya hipertensi karena pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang, untuk itu perlu adanya upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi di kalangan masyarakat, terutama mereka yang berpendidikan rendah

d. Status pernikahan

Hasil penelitian ini menemukan status pernikahan dimana sebanyak 131 responden (95,6%) sudah menikah. Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rangga dimana status perkawinan lebih banyak responden yang mengalami hipertensi yaitu pada kategori status perkawinan menikah yaitu 733 orang (66,64%) (Rangga & Gebang, 2022)

Mayoritas responden yang sudah menikah, menunjukan bahwa dukungan social dari keluarga dan pasangan dapat berpengaruh terhadap pengelolaan hipertensi. Keluarga dan pasangan dapat memberikan dukungan moral dan praktis dalam menghadapi gejala dan komplikasi hipertensi serta mendorong pola hidup yang sehat.

e. Durasi hipertensi

Penelitian ini menemukan durasi hipertensi sebanyak 111 responden (81,0%) memiliki durasi kurang dari 5 tahun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suciana et al (2020) sebanyak 24 responden (41,4%) dengan durasi hipertensi kurang dari 5 tahun.

Durasi hipertensi juga dapat mempengaruhi prevalensi hipertensi, dimana semakin lama seseorang mengalami hipertensi, semakin tinggi risiko komplikasi hipertensi seperti stroke, gagal jantung, dan gangguan ginjal.

Penderita hipertensi yang memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun, yang dapat menunjukkan bahwa mereka mungkin belum mengalami komplikasi hipertensi yang serius. Namun, tetap penting bagi mereka untuk menjaga tekanan darah mereka dalam kisaran normal dan memperhatikan faktor-faktor risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka (James et al., 2014).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan mayoritas responden memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun. Ini menunjukkan pentingnya deteksi dini dan pengelolaan awal hipertensi untuk mencegah komplikasi yang lebih serius di masa depan. Pencegahan dan pengelolaan dini melalui perubahan gaya hidup dan pengobatan dapat membantu memperpanjang hidup dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi. Oleh karena itu, perlu disosialisasikan kepada masyarakat tentang pentingnya deteksi dini dan pengelolaan hipertensi secara teratur.

2. Gambaran *self care management* penderita hipertensi

Hasil penelitian ini berhasil menemukan sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I memiliki *self care management* yang baik yaitu sebanyak 96 orang (70,1%) sebanyak 30 orang (21,9%) yang memiliki *self care management* yang cukup dan 11 orang (8,0%) yang memiliki *self care management* yang kurang. Penelitian ini sejalan penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh Ardiani et al (2020) menunjukkan bahwa sebanyak 65,2% penderita hipertensi memiliki *self care management* yang baik, sedangkan 34,8% memiliki *self care management* yang kurang.

Self care management adalah serangkaian tindakan yang dilakukan oleh individu untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka sendiri. Penderita hipertensi sebagai salah satu contoh penyakit kronis memerlukan *self care management* yang efektif dan konsisten untuk mengelola kondisi kesehatannya dan mencegah komplikasi. (Mohammad & Hasan, 2020).

Self care management atau manajemen perawatan diri adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengelola kondisi kesehatan mereka secara mandiri. Konteks hipertensi, *self care management* dapat mencakup tindakan-tindakan seperti mengubah pola makan, meningkatkan aktivitas fisik, mengontrol berat badan, menghindari stres, dan memonitor tekanan darah secara teratur (Saeed & Al-Hamdan, 2019)

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self care management* yang baik dapat membantu mengontrol tekanan darah, mencegah komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi. Oleh karena itu, penting bagi individu yang menderita hipertensi untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam melakukan *self care management*.

Dalam konteks studi di Puskesmas Kediri I, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi telah melakukan tindakan-tindakan *self care management* yang tepat, yang dapat menunjukkan bahwa mereka memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam mengelola kondisi hipertensi mereka. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian kecil yang memiliki *self care management* yang cukup atau bahkan kurang, yang dapat menjadi perhatian bagi pihak kesehatan untuk memberikan edukasi dan dukungan yang lebih intensif dalam pengelolaan hipertensi.

Terdapat sebagian kecil penderita hipertensi yang memiliki *self care management* yang cukup atau kurang. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran penderita hipertensi dalam melakukan *self care management* yang benar dan tepat guna mengelola kondisi kesehatan mereka. Selain itu, peran tenaga medis dan keluarga juga sangat penting dalam memberikan dukungan dan edukasi kepada penderita hipertensi dalam mengelola kondisi kesehatan mereka.

3. Gambaran *self care management* penderita hipertensi karakteristik demografi

Hasil penelitian ini juga membahas gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan karakteristik responden yang meliputi, umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, durasi hipertensi.

a. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan umur

Penelitian ini berhasil menemukan bahwa mayoritas responden yang memiliki *self care management* yang baik pada penderita hipertensi berusia 50 – 70 tahun memiliki *self care management* yang baik pada penderita hipertensi yaitu sebanyak 68 orang (49,6%) dari responden pada kelompok usia ini telah melakukan tindakan-tindakan *self care* yang tepat untuk mengelola kondisi hipertensi mereka. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma di Puskesmas Semarang Selatan dikelompokkan usia diatas 50 tahun keatas memiliki *self care management* yang baik (Kusuma et al., 2019).

Usia merupakan faktor yang penting dalam pengelolaan hipertensi melalui *self care management*. Hal ini dikarenakan pada usia 50 tahun keatas ,

risiko hipertensi semakin meningkat. Oleh karena itu, pada usia tersebut dibutuhkan peran aktif individu dalam mengelola kondisi hipertensi mereka, salah satunya melalui self care management. *Self care management* pada penderita hipertensi meliputi tindakan-tindakan seperti pengaturan pola makan yang sehat, olahraga teratur, pengukuran tekanan darah secara mandiri, penggunaan obat-obatan dengan benar, serta menghindari faktor risiko lainnya seperti merokok dan stress (Herawati et al., 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan bahwa kelompok usia 50-70 tahun memiliki *selfcare management* yang baik dalam mengelola kondisi hipertensi mereka. Hal ini dapat dijelaskan bahwa pada usia ini, individu cenderung lebih memiliki pengalaman dan pengetahuan yang cukup mengenai kondisi hipertensi serta bagaimana cara mengelolanya melalui *self care management*. Selain itu, pada usia ini juga mungkin sudah terbentuk suatu rutinitas dan pola hidup yang sehat, seperti mengonsumsi makanan sehat, berolahraga teratur, serta meminum obat secara teratur, yang dapat membantu mengelola kondisi hipertensi. Oleh karena itu, penting untuk terus mendorong individu pada kelompok usia yang lebih muda untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam mengelola kondisi hipertensi mereka melalui self care management, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mereka (WHO, 2019).

b. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan jenis kelamin

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa mayoritas responden perempuan memiliki *self care management* yang baik. Dari total 137 responden perempuan, yaitu sebanyak 67 orang (48,9%). Penelitian sebelumnya, terdapat temuan yang serupa dengan hasil penelitian ini. Penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh Hamidah & Ardiyanto (2020) menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik tentang hipertensi dan *self care management* daripada laki-laki. Selain itu, penelitian di Amerika Serikat oleh (Krousel-Wood et al., 2010) menunjukkan bahwa perempuan lebih aktif dalam melakukan *self care management* dan lebih baik dalam mengikuti rekomendasi pengobatan hipertensi.

Perbedaan karakteristik biologis, sosial dan psikologis antara perempuan dan laki-laki, yang membuat perempuan lebih peka terhadap kesehatan dan lebih rajin melakukan tindakan preventif seperti melakukan pemeriksaan kesehatan dan mengikuti anjuran dari dokter. Selain itu, faktor budaya dan lingkungan sosial juga dapat mempengaruhi perbedaan dalam *self care management* antara perempuan dan laki-laki (Aweke et al., 2020).

Berdasarkan pemaparan diatas penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden perempuan memiliki *self care management* yang baik. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor seperti perempuan cenderung lebih aware terhadap kesehatan mereka, lebih sering memeriksakan diri, dan lebih patuh terhadap anjuran medis. Sedangkan pada responden laki-laki, hanya sebagian kecil yang memiliki *self care management* yang baik, mungkin karena

adanya persepsi bahwa kesehatan bukan prioritas atau adanya stigma bahwa pria yang peduli dengan kesehatannya dianggap lemah. Namun, perlu diperhatikan bahwa jumlah responden laki-laki dalam penelitian ini lebih sedikit daripada responden perempuan sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan apakah hasil ini berlaku secara umum di masyarakat atau tidak.

c. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan pendidikan

Penelitian ini juga menemukan memiliki tingkat pendidikan SMA dengan *self care management* yang baik sebanyak 31 orang (22,6%) dari total responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA memiliki *self care management* yang baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di India oleh Sharma et al.(2019) juga menunjukkan hasil yang sejenis. Penelitian tersebut melibatkan 600 responden yang menderita hipertensi, dan ditemukan bahwa responden dengan tingkat pendidikan menengah memiliki tingkat *self care management* yang lebih baik daripada responden dengan pendidikan yang lebih rendah.

Pendidikan yang tinggi dapat berperan penting dalam meningkatkan tingkat pengetahuan dan pemahaman individu terhadap kesehatan dan pengelolaan kondisi medis tertentu, termasuk hipertensi. Dalam hal ini, individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki kemungkinan lebih besar untuk memperoleh informasi tentang hipertensi dan tindakan-tindakan *self care* yang diperlukan untuk mengelola kondisi tersebut (CDC, 2021).

Selain itu, individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga cenderung lebih berpengalaman dalam mengakses informasi dan sumber daya kesehatan yang tersedia, sehingga mereka dapat lebih mudah mendapatkan akses ke layanan kesehatan yang dibutuhkan untuk memperbaiki kondisi kesehatan mereka. Oleh karena itu, peningkatan tingkat pendidikan dapat membantu meningkatkan *self care management* pada individu dengan hipertensi (Thakur et al., 2020)

Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah bukan berarti tidak dapat melakukan *self care management* dengan baik. Pendidikan hanya merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *self care management* pada individu dengan hipertensi. Faktor lain seperti akses ke sumber daya kesehatan dan dukungan sosial juga dapat berperan penting dalam meningkatkan *self care management* pada individu dengan hipertensi (Bosu, 2019).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan tingkat pendidikan berpengaruh pada *self care management* pada penderita hipertensi. Oleh karena itu, penting bagi penderita hipertensi untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang cukup terkait *self care management*, khususnya bagi mereka yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah.

d. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan status pernikahan

Penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki status pernikahan sudah menikah dengan *self care management* yang baik, yaitu bahwa sebagian besar responden memiliki status pernikahan sudah

menikah dengan *self care management* yang baik sebanyak 92 orang (67,2%) dan sebanyak 11 orang (8,0%) memiliki *self care management* yang kurang. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan studi penelitian yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2019 dengan judul "Self-care Behavior and its Related Factors among Hypertensive Patients in Community Health Centers in Bandung, Indonesia" yang menemukan hasil serupa dengan penelitian yang Anda sebutkan. Dalam studi ini, sebanyak 65,7% responden yang sudah menikah memiliki self-care behavior yang baik untuk mengelola kondisi hipertensi mereka. Hasil ini menunjukkan bahwa status pernikahan dapat mempengaruhi self-care behavior pada pasien hipertensi di Indonesia (Supriyadi et al., 2019).

Dukungan sosial dari pasangan memang memiliki peran penting dalam *self care management* pada kondisi hipertensi. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa individu yang memiliki pasangan atau dukungan sosial yang baik cenderung memiliki hasil pengelolaan hipertensi yang lebih baik. Selain itu, pasangan juga dapat membantu memotivasi individu untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi (Rodríguez et al., 2017).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan tidak semua individu yang sudah menikah memiliki dukungan sosial yang cukup untuk melakukan *self care management* dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk terus meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola kondisi hipertensi serta membangun jaringan dukungan sosial yang lebih luas, seperti dari keluarga dan teman-teman. Hal ini dapat membantu

individu dalam menjalankan *self care management* yang baik dan meningkatkan kualitas hidup mereka..

e. Gambaran *self care management* pada penderita hipertensi berdasarkan durasi hipertensi

Penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun yaitu sebanyak 76 orang (55,5%) dari total responden. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian ini, yaitu bahwa sebagian besar pasien dengan hipertensi memiliki durasi hipertensi yang relatif pendek. Sebagai contoh, sebuah studi di Iran menunjukkan bahwa sekitar 60% dari pasien hipertensi memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun (Farahani et al., 2019).

Durasi hipertensi merujuk pada waktu sejak seseorang didiagnosis dengan kondisi hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa semakin lama seseorang menderita hipertensi, semakin sulit untuk mengelolanya secara efektif. Oleh karena itu, hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun, dapat dianggap sebagai kabar baik (Whelton et al., 2017).

Pasien dengan durasi hipertensi yang lebih pendek mungkin lebih mudah untuk mengelola kondisi mereka karena mereka masih dapat memperbaiki pola hidup mereka dan mengubah kebiasaan buruk sebelum kondisi memburuk dan menjadi lebih sulit diatasi. Selain itu, mereka juga masih memiliki kesempatan untuk mempelajari cara-cara baru untuk mengelola hipertensi mereka dan memperbaiki gaya hidup mereka sehingga tidak semakin memperburuk kondisi mereka (Kjeldsen et al., 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan responden memiliki durasi hipertensi kurang dari 5 tahun menunjukkan bahwa penanganan dan pengelolaan kondisi hipertensi dapat lebih efektif jika dilakukan sejak dini, sebelum kondisi semakin parah dan berdampak pada kesehatan secara keseluruhan. Dengan mengenali kondisi hipertensi pada tahap awal, responden dapat melakukan perubahan gaya hidup yang diperlukan dan menjalankan *self care management* secara efektif untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi yang mungkin terjadi di kemudian hari..

C. Keterbatasan Penelitian

Beberapa kelemahan penelitian ini antara lain:

1. Tidak memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *self care management*. Penelitian ini tidak mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *self care management*, seperti tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan dukungan sosial dari keluarga atau teman.
2. Peneliti tidak memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi selama pengumpulan data.