

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN
DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI,
KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024**



Oleh :

NI PUTU PUTRI KUMALASARI
NIM. P07120220023

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN
DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI,
KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

**NI PUTU PUTRI KUMALASARI
NIM. P07120220023**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

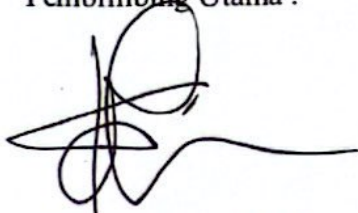
**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKanan
DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI,
KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024**

Diajukan oleh :

NI PUTU PUTRI KUMALASARI
NIM. P07120220023

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Ketut Gama, SKM..M.Kes
NIP. 196202221983091001

Pembimbing Pendamping :



Dr. K. A. Henny Achjar, SKM..M.Kep.Sp.Kom
NIP. 196603211988032001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRPSI**

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN
DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI,
KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024**

Diajukan oleh :

NI PUTU PUTRI KUMALASARI
NIM. P07120220023

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

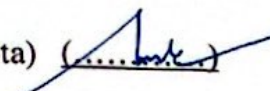
TANGGAL : 22 MEI 2024

TIM PENGUJI :

1. Dr. I Wayan Suardana, S.Kep.Ns. M.Kep.
NIP. 197201091996031001
2. I Gusti Ketut Gede Ngurah., S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP.196303241983091001
3. Dr. Drs. I Wayan Mustika, S.Kep.,Ns.,M.Kes.
NIP. 196508111988031002

(Ketua) 

(Anggota) 

(Anggota) 

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Putri Kumalasari
NIM : P07120220023
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2023/2024
Alamat : Br. Tamansari, Pujungan, Pupuan, Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan *Self Management* Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 17 Mei 2024
Yang membuat pernyataan



Ni Putu Putri Kumalasari
NIM. P07120220023

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF MANAGEMENT AND BLOOD
PRESSURE OF HYPERTENSION SUFFERERS IN THE WORKING AREA
OF KEDIRI I COMMUNITY HEALTH CENTER, KEDIRI DISTRICT,
TABANAN REGENCY IN 2024**

ABSTRACT

Cases of hypertension in Indonesia show a significant increase. Hypertension continues to lead to complications when people with hypertension have not implemented self management regularly. Management of hypertension which includes routine medication and healthy lifestyle changes requires good self management. The purpose of this study was to determine the relationship between self management and blood pressure of hypertensive patients in the Kediri I Health Center Working Area. This study uses a quantitative research design (non-experimental) using a cross sectional approach. The sample amounted to 82 respondents obtained by purposive sampling technique, who met the inclusion criteria, namely hypertensive patients aged 15-59 years. Data collection instruments used the Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) and blood pressure measurements using a sphygmomanometer. Data analysis using the Spearman rank test showed the results of $\rho = 0.000$ and the correlation coefficient $r = -0.732$ which means that there is a significant and strong relationship (0.60 - 0.79) between the two variables. The majority of respondents showed poor self management behavior 56.1%. It is hoped that it can be used as information for the relevant health centers, that the importance of implementing self management to prevent an increase in blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: hypertension; self management; blood pressure

HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI, KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024

ABSTRAK

Kasus hipertensi di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hipertensi terus berlanjut mengarah pada komplikasi ketika penderita hipertensi belum menerapkan *self management* secara teratur. Penatalaksanaan hipertensi yang meliputi pengobatan secara rutin dan perubahan gaya hidup sehat sangat memerlukan *self management* yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self management* dengan tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif (*non eksperimental*) dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 82 responden yang didapatkan dengan teknik *purposive sampling*, yang memenuhi kriteria inklusi yaitu penderita hipertensi berusia 15-59 tahun. Instrumen pengumpulan data menggunakan *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer*. Analisis data menggunakan uji *rank spearman* menunjukkan hasil $\rho = 0,000$ dan koefisien korelasi $r = -0,732$ yang bermakna adanya hubungan signifikan dan kuat (0,60 – 0,79) antara kedua variabel. Mayoritas responden menunjukkan perilaku *self management* dengan kategori kurang 56,1%. Diharapkan, dapat dijadikan informasi bagi pihak puskesmas terkait, bahwa pentingnya penerapan *self management* untuk mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : hipertensi; *self management*; tekanan darah

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDIRI I, KECAMATAN KEDIRI, KABUPATEN TABANAN TAHUN 2024

Oleh : Ni Putu Putri Kumalasari

Modernisasi saat ini mengakibatkan terjadinya perubahan gaya hidup pada masyarakat, seperti pola makan yang tidak sehat, aktivitas fisik yang kurang, dan konsumsi rokok. Gaya hidup yang tidak sehat tersebut dapat menyebabkan penyakit jantung dan peningkatan tekanan darah, terutama pada usia di atas 40 tahun (Musliana dan Meutia, 2022). Hipertensi merupakan suatu penyakit yang tidak mengenal waktu dan menjadi prioritas dalam dunia kesehatan saat ini. Riset Kesehatan Dasar (2018), melaporkan sebesar 34,1% angka hipertensi pada usia $\geq$ 18 tahun. Sebesar 31,6% pada kelompok umur 31-44 tahun, 45,3% pada kelompok umur 45-54 tahun, 55,2% pada umur 55-64 tahun, dan sebesar 63,2% pada umur 65-74 tahun.

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi resiko peningkatan tekanan darah serta terjadinya komplikasi. Perawatan farmakologis (pemberian obat – obatan) dan non farmakologis (modifikasi gaya hidup) dilakukan untuk mengatasi hipertensi. *Self management* dapat dilakukan penderita agar lebih efektif dan efisien mengatur status kesehatan dalam jangka panjang, terlebih bagi penderita yang menderita penyakit kronis seperti hipertensi (Pae dkk, 2023). Penderita hipertensi yang memiliki kemampuan manajemen diri (*self management*) yang baik, maka penderita dapat mengendalikan penyakitnya dengan lebih baik dan menguntungkan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self management* dengan tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024. Populasi pada penelitian ini adalah 438 penderita hipertensi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 82 responden. Penelitian ini menggunakan desain *non eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional* dan uji *rank spearman*. Hasil analisis data dengan uji

rank spearman diperoleh *nilai p value* 0,000 dan koefisien korelasi $r = -0,732$, yang menunjukkan hubungan signifikan dan kuat antara *self management* dengan tekanan darah. Mayoritas responden menunjukkan perilaku *self management* dengan kategori kurang 56,1%. Diharapkan, dapat dijadikan informasi bagi pihak puskesmas terkait, bahwa pentingnya penerapan *self management* untuk mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asung kerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self Management* Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024”** tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr.Sri Rahayu, S.Tr, Keb, S.Kep, Ners, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan.
4. Bapak I Ketut Gama, SKM.,M.Kes, selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Dr. K.A. Henny Achjar, SKM., M.Kep, Sp.Kom, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Semua dosen pengajar mata kuliah di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan dapat digunakan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Orang tua, keluarga, dan sahabat peneliti yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
9. Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karena sumbang saran untuk perbaikan sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Self Management Hipertensi	8
1. Definisi self management	8
2. Tujuan self management	9
3. Komponen self management	9
4. Pengelolaan self management	12
5. Faktor risiko yang mempengaruhi self management	13
6. HSMBQ (Hypertension Self Management Behavior Questionnaire)	14
B. Konsep Tekanan Darah	15
1. Definisi tekanan darah.....	15

2. Pengukuran tekanan darah.....	16
C. Konsep Dasar Hipertensi.....	17
1. Definisi hipertensi	17
2. Klasifikasi hipertensi	17
3. Patofisiologi hipertensi.....	18
4. Etiologi hipertensi	19
5. Tanda dan gejala hipertensi	20
6. Faktor risiko hipertensi.....	20
7. Komplikasi hipertensi.....	23
8. Penatalaksanaan hipertensi.....	25
D. Usia Produktif.....	27
BAB III KERANGKA KONSEP	28
A. Kerangka Konsep	28
B. Variabel dan Definisi Operasional Penelitian	29
1. Variabel penelitian	29
2. Definisi operasional.....	29
C. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian	32
B. Alur Penelitian.....	33
C. Tempat dan Waktu Penelitian	34
D. Populasi dan Sampel	34
1. Populasi	34
2. Sampel	34
3. Teknik sampling	36
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	36
1. Jenis data yang dikumpulkan	36
2. Teknik pengumpulan data	37
3. Instrumen pengumpulan data	38
F. Pengolahan dan Analisis Data	40
1. Pengolahan data.....	40
2. Analisis data	41
G. Etika Penelitian	43

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil	45
1. Kondisi lokasi penelitian	45
2. Karakteristik subyek penelitian	46
3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian	47
4. Hasil analisis data	48
B. Pembahasan	49
1. Karakteristik penderita hipertensi	49
2. Self management pada penderita hipertensi	52
3. Tekanan darah pada penderita hipertensi	55
4. Hubungan self management dengan tekanan darah penderita hipertensi.....	56
C. Kelemahan Penelitian.....	58
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VII.....	18
Tabel 2	Definisi Operasional Hubungan <i>Self Management</i> dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	30
Tabel 3	Distribusi Karakteristik Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	46
Tabel 4	Distribusi <i>Self Management</i> Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	47
Tabel 5	Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	47
Tabel 6	Hubungan <i>Self Management</i> Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Hubungan <i>Self Management</i> dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024.....	28
Gambar 2	Alur Penelitian Hubungan <i>Self Management</i> dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kediri I, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan Tahun 2024...	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	67
Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	68
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden	69
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden	70
Lampiran 5. Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)	71
Lampiran 6. Kuesioner Penelitian.....	75
Lampiran 7. Kisi-Kisi Kuesioner	80
Lampiran 8. Master Tabel	82
Lampiran 9. Hasil Analisis Data	85
Lampiran 10. Distribusi Responden Berdasarkan Komponen Self Management.	87
Lampiran 11. Surat Permohonan Studi Pendahuluan.	91
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 13. Lembar Persetujuan Etik	94
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	95
Lampiran 15. Bukti Penyelesaian Administrasi.....	96
Lampiran 16. Validasi Bimbingan	97
Lampiran 17. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	98
Lampiran 18. Hasil Turnitin.....	99