

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS MENGWI II  
TAHUN 2021**



**Oleh :**  
**NI PUTU YUNIK DEWANTI**  
**P07120018107**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2021**

## KARYA TULIS ILMIAH

### GAMBARAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS MENGWI II TAHUN 2021

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah

Jurusan Keperawatan  
Program DIII Keperawatan

Oleh :

NI PUTU YUNIK DEWANTI

NIM: P07120018107

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN DIII KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2021

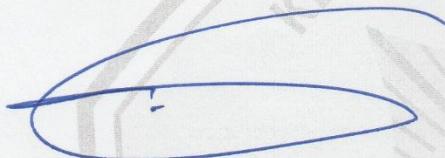
## LEMBAR PERSETUJUAN

### KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS MENGWI II  
TAHUN 2021**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

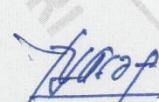
Pembimbing Utama :



I DPG. Putra Yasa, S.Kp.,M.Kep., Sp.MB

NIP. 197108141994021001

Pembimbing Pendamping:



Ns. I.G.A. Ari Rasdini, S.Pd., S.Kep.,M.Pd.

NIP.195910151986032001

MENGETAHUI :  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



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

NIP. 196812311992031020

## LEMBAR PENGESAHAN

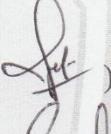
KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :

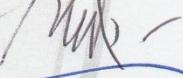
### GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS MENGWI II TAHUN 2021

TELAH DI UJI DI HADAPAN TIM PENGUJI  
PADA HARI : JUMAT  
TANGGAL : 21 MEI 2021

#### TIM PENGUJI :

1. I Wayan Surasta, S.Kp.,M.Fis.  
NIP. 196512311987031015
2. V.M.Endang SP. Rahayu, S.Kp.,M.Pd.  
NIP.195812191985032005
3. I Dw.Pt Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB. (Anggota)  
NIP.197108141994021001

(Ketua) (  )

(Anggota) (  )

(Anggota) (  )

MENGETAHUI :  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN 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 Yunik Dewanti  
NIM : P07120018107  
Program Studi : D-III  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2020/2021  
Alamat : Banjar Pandean Munggu, Mengwi, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mengwi II Tahun 2021 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir 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, 24 April 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Yunik Dewanti

P07120018107

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkatNya-lah peneliti dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mengwi II Tahun 2021” 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 peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep, Ners, M.Kepselaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST, M.Kes, selaku Ketua Kaprodi Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
4. Bapak I Dw.Pt Gede Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.MB. selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Ibu Ns. I Gst. Ayu Ari Rasdini, S.Pd., S.Kep., M.Pd. selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
6. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga peneliti dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik
7. Keluarga serta kerabat peneliti yang telah memberikan semangat dan dukungan baik secara moral maupun material dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu  
Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Akhir kata, semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, 24 April 2021

## **DESCRIPTION OF SELF CARE MANAGEMENT IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE PUBLIC HEALTH CENTER MENGWI II IN 2021**

### **ABSTRACT**

*Hypertension is a condition in which the blood pressure in the blood vessels increases for a long time. Self care management is the ability of individuals to carry out self-care activities to sustain life, improve and maintain individual health and well-being. The purpose of this study was to identify self-care management of hypertension in the Puskesmas Mengwi II. This type of research is descriptive using cross sectional design. The number of samples used in this study were 58 samples. The results showed that self-care management in hypertensive patients based on self-integration with adequate categories was 42 people (72.4%), self-care management in hypertensive patients based on self-regulation with sufficient categories was 33 people (56.9%), self-care management of hypertensive patients based on interactions with health workers and others with sufficient categories as many as 28 people (48.3%), self-care management for hypertensive patients based on blood pressure monitoring with a sufficient category of 26 people (44.8%) and self-care management in hypertensive patients based on adherence to the recommended rules with a sufficient category of 24 people (41.4%). Based on the research results, it is hoped that health workers will improve education related to self-care management based on self-integration and self-regulation in hypertensive patients.*

*Keyword:* self-care management, hypertension

## **GAMBARAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS MENGWI II TAHUN 2021**

### **ABSTRAK**

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah pada pembuluh darah meningkat dalam waktu yang lama. *Self care management* adalah kemampuan individu dalam melakukan aktifitas perawatan diri untuk mempertahankan hidup, meningkatkan, dan memelihara kesehatan serta kesejahteraan individu. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi self care management hipertensi di wilayah Puskesmas Mengwi II. Metode penelitian ini adalah deskriptif menggunakan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 58 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan integrasi diri dengan katagori cukup sebanyak 42 orang (72,4%), *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan regulasi diri dengan katagori cukup sebanyak 33 orang (56,9%), *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya dengan kategori cukup sebanyak 28 orang (48,3%), *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah dengan katagori cukup sebanyak 26 orang (44,8%) dan *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan dengan katagori cukup sebanyak 24 orang (41,4%). Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan supaya petugas kesehatan meningkatkan edukasi terkait *self care management* berdasarkan integrasi diri dan regulasi diri pada pasien hipertensi.

Kata kunci:*self care management*, hipertensi

## RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mengwi II Tahun 2021

Oleh: Ni Putu Yunik Dewanti (P07120018107)

Hipertensi adalah tekanan darah sistolik yang sama dengan atau lebih besar dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik sama dengan atau lebih besar dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah pada pembuluh darah meningkat dalam waktu yang lama.

Menurut WHO, Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%), sedangkan Amerika Serikat memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2018), jumlah pasien hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 8,3% dibandingkan tahun 2013, dari 25,8% menjadi 34,1% (Wilandika & Salami, 2018)

Menurut Laporan Tahunan Riset Kesehatan Provinsi Bali, prevalensi hipertensi usia  $\geq 18$  tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah semakin meningkat dari tahun 2016 yaitu sebesar 22,69% dengan jumlah 782.849 penderita. Penderita Hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Badung Tahun 2019 sebanyak 99.557 orang (96,4%) dari estimasi jumlah penderita 103.321. Menurut data yang didapatkan dari studi pendahuluan di UPT Puskesmas Mengwi II, data kunjungan pasien hipertensi menduduki posisi pertama dari 7 penyakit tersering pada periode Januari sampai Desember 2020 dan penyakit hipertensi selalu masuk kedalam tujuh penyakit tiap tahunnya.

Efek tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kerusakan kardiovaskular, otak dan ginjal, serta menyebabkan komplikasi seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung. Kerusakan organ terjadi karena tekanan darah tinggi yang tidak terpantau dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ

tersebut. Peningkatan tekanan darah akan menjadi semakin serius yang akan menyebabkan terjadinya gagal jantung, stroke dan gagal ginjal pada tingkat yang tinggi, sehingga kejadian nyeri dan kematian akibat hipertensi juga akan semakin tinggi (Mariana & Simanullang, 2019)

*Self management* merupakan aktivitas individu untuk mengontrol gejala, melakukan perawatan, keadaan fisik, dan psikologi serta merubah gaya hidup yang disesuaikan dengan penyakit yang diderita untuk memelihara hidup, kesehatan, dan kesejahteraan. Tujuan utama dilakukannya *self management* adalah klien dapat efektif memanajemen kesehatannya secara berkelanjutan, terutama pada klien dengan penyakit kronis (Mariana & Simanullang, 2019)

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi *self care management* pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Mengwi II Tahun 2021, Mengidentifikasi *self care management* pasien hipertensi berdasarkan integrasi diri, mengidentifikasi *self care management* pasien hipertensi berdasarkan regulasi diri, mengidentifikasi *self care management* pasien hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, mengidentifikasi *self care management* pasien hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah, mengidentifikasi *self care management* pasien hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, jenis penelitian ini adalah deskriptif Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai April 2021 di Wilayah Puskesmas Mengwi II. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pasien hipertensi dari bulan Januari-Desember 2020 sebanyak 142 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 58 sampel. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan data primer yaitu data yang diperoleh langsung oleh peneliti dari subjek penelitian melalui kuisioner.

Hasil penelitian menunjukkan *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan integrasi diri dengan katagori cukup sebanyak 42 orang (72,4%), *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan regulasi diri dengan katagori cukup sebanyak 33 orang (56,9%), *self care management* pada pasien

hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya dengan kategori cukup sebanyak 28 orang (48,3%), *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah dengan katagori cukup sebanyak 26 orang (44,8%) dan *self care management* pada pasien hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan dengan katagori cukup sebanyak 24 orang (41,4%). Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan supaya petugas kesehatan meningkatkan edukasi terkait *self care management* berdasarkan integrasi diri dan regulasi diri pada pasien hipertensi.

## DAFTAR ISI

<b>KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	i
<b>KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	iii
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	iv
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....</b>	v
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	vi
<b>ABSTRACT .....</b>	viii
<b>ABSTRAK.....</b>	ix
<b>RINGKASAN PENELITIAN .....</b>	x
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	xvi
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	xviii
<b>BAB I.....</b>	1
<b>PENDAHULUAN .....</b>	1
A. <b>Latar Belakang Masalah .....</b>	1
B. <b>Rumusan Masalah .....</b>	5
C. <b>Tujuan Penelitian.....</b>	5
1. <b>Tujuan Umum .....</b>	5
2. <b>Tujuan Khusus .....</b>	5
D. <b>Manfaat Penelitian.....</b>	5
1. <b>Manfaat Teoritis.....</b>	5
2. <b>Manfaat Pengembangan IPTEK Keperawatan .....</b>	6
<b>BAB II .....</b>	7
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	7
A. <b>Konsep Hipertensi.....</b>	7
1. <b>Definisi Hipertensi .....</b>	7
2. <b>Etiologi Hipertensi .....</b>	8
3. <b>Patofisiologi Hipertensi.....</b>	9
4. <b>Klasifikasi Hipertensi .....</b>	10
5. <b>Tanda dan Gejala.....</b>	11
6. <b>Komplikasi Hipertensi .....</b>	12
7. <b>Penatalaksanaan Hipertensi.....</b>	12
B. <b>Konsep <i>Self Care Management</i>.....</b>	14
1. <b>Definisi <i>Self Care Management</i> .....</b>	14

2. Tujuan <i>Self Care Management</i> .....	14
3. Komponen <i>Self Care Management</i> .....	15
4. Perilaku Pengelolaan <i>Self Management</i> .....	18
5. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Care Management</i> .....	20
6. Karakteristik <i>Self Care Management</i> .....	21
<b>BAB III.....</b>	<b>22</b>
<b>KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>22</b>
A. Kerangka Konsep.....	22
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	23
1. Variabel Penelitian.....	23
2. Definisi Operasional.....	23
<b>BAB IV.....</b>	<b>25</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel.....	25
D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data.....	28
1. Jenis data .....	28
2. Cara Pengumpulan Data .....	28
3. Instrumen Pengumpulan Data.....	28
1) Uji Validitas .....	29
E. Pengolahan Dan Analisa Data .....	30
1. Pengolahan Data .....	30
2. Analisa Data .....	31
F. Etika Studi Kasus.....	32
1. <i>Informed consent</i> (lembar persetujuan menjadi responden) .....	32
2. <i>Anonymity</i> (tanpa nama) .....	33
3. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan) .....	33
4. <i>Justice</i> (keadilan).....	33
<b>BAB V .....</b>	<b>34</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	34

<b>2. Hasil Penelitian Kasus .....</b>	<b>34</b>
<b>B. Pembahasan Hasil Penelitian.....</b>	<b>39</b>
<b>C. Keterbatasan .....</b>	<b>42</b>
<b>BAB VI.....</b>	<b>43</b>
<b>SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>43</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>43</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>43</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>45</b>
<b>Lampiran 2 .....</b>	<b>48</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VIII

Tabel 2 Definisi Operasional Variabel Penelitian *Gambaran Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mengwi II

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Puskesmas Mengwi II  
Tahun 2021

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan di Wilayah Puskesmas  
Mengwi II Tahun 2021

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Puskesmas  
Mengwi II Tahun 2021

Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Puskesmas  
Mengwi II Tahun 2021

Tabel 7 Distribusi Responden Berdasarkan *Self Care Management* Hipertensi di  
Wilayah Puskesmas Mengwi IITahun 2021

Tabel 8 Distribusi Responden Berdasarkan *Self Care Management* Hipertensi di  
Wilayah Puskesmas Mengwi II Tahun 2021

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1 Kerangka Konsep *Gambaran Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mengwi II

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Lembar Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Realisasi Anggaran Biaya
- Lampiran 3 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 : Lembar Data Demografi
- Lampiran 6 : Lembar Kuisioner HSMBQ
- Lampiran 7 : Lembar Master Tabel
- Lampiran 8 : Hasil Analisa Data
- Lampiran 9 : Lembar Bimbingan Validasi
- Lampiran 10 : Surat Ijin Penelitian