

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN MOTIVASI DENGAN *SELF CARE*
MANAGEMENT PASIEN HIPERTENSI DI FASKES KLINIK PRATAMA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK KABUPATEN PASURUAN**



**R. KRISNA PANJI KUSUMA
2214201016**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN MAJAPAHIT MOJOKERTO
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN MOTIVASI DENGAN *SELF CARE*
MANAGEMENT PASIEN HIPERTENSI DI FASKES KLINIK PRATAMA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK KABUPATEN PASURUAN



R. KRISNA PANJI KUSUMA
2214201016

Pembimbing 1

Anndy Prastya, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 220 250 156

Pembimbing 2

Fitria Wahyu A., S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 220 250 133

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto:

Nama : R. Krisna Panji Kusuma
NIM : 2214201016
Program Studi : S1 Keperawatan

Setuju/tidak setuju*) naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapatkan arahan dari pembimbing, dipublikasikan **dengan/tanpa*)** mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, 13 Januari 2026



R. Krisna Panji Kusuma
NIM : 2013201009

Mengetahui,

Pembimbing 1



Anndy Prastya, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 220 250 156

Pembimbing 2



Fitria Wahyu A., S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 133

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN MOTIVASI DENGAN *SELF CARE*
MANAGEMENT PASIEN HIPERTENSI DI FASKES KLINIK PRATAMA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK KABUPATEN PASURUAN**

R. Krisna Panji Kusuma

Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto
Email : krisnapanjikusuma@gmail.com

Anndy Prastya, S.Kep., Ns., M.Kep.

Dosen Pembimbing 1 Prodi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto
Email : anndyprastya@gmail.com

Fitria Wahyu A., S.Kep., Ns., M.Kep

Dosen Pembimbing 2 Prodi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto
Email : fitria.hariyadi@gmail.com

Abstrak - Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan diri (*self-care management*) untuk mencegah komplikasi jangka panjang. Dukungan sosial dan motivasi berperan penting dalam keberhasilan *self-care*, namun tingkat keduanya dapat dipengaruhi oleh faktor individual seperti status perkawinan, pekerjaan, dan pendidikan. Berdasarkan hasil Survei kesehatan indonesia (SKI) 2023, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 35%. Prevalensi hipertensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 18 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 89.343 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan motivasi dengan *self-care management* pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek Kabupaten Pasuruan. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 36 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan sosial, motivasi, dan *self-care management*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial kategori sedang (61.1%) dan motivasi kategori sedang (75.0%). Tingkat *self-care management* didominasi kategori sedang (80.6%). Hasil uji Spearman menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dan *self-care management* ($p = 0,006, p < 0,05$). Selain itu, terdapat hubungan yang sangat kuat antara motivasi dan *self-care management* ($p = 0,000, p < 0,05$). Temuan crosstab menunjukkan bahwa responden dengan dukungan sosial lebih tinggi dan motivasi tinggi cenderung memiliki kemampuan *self-care* yang lebih baik.

dukungan sosial dan motivasi dengan *self-care management* memiliki hubungan yang signifikan dengan pasien hipertensi, sehingga diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya pasien hipertensi, tentang pentingnya dukungan sosial dan motivasi dengan *self-care management*. Tenaga kesehatan disarankan memperkuat edukasi, pendampingan, serta keterlibatan keluarga untuk meningkatkan efektivitas *self-care* pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi; Dukungan Sosial; Motivasi; Self-Care Management; Pasien;

***Abstract** - Hypertension is a chronic condition that requires effective self-care management to prevent long-term complications. Social support and motivation play essential roles in achieving optimal self-care; however, both factors may vary depending on individual characteristics such as marital status, occupation, and educational background. Based on the results of the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), the prevalence of high blood pressure in East Java Province was 35%. The prevalence of hypertension increases with age. The estimated number of people aged 18 years and older in East Java Province is approximately 89,343, with 48.8% being male and 51.2% female. The purpose of this study was to analyze the relationship between social support and motivation with self-care management in hypertension patients at the Primary Clinic of the Mobile Brigade Education Center, Watukosek, Pasuruan Regency. This study employed quantitative observational analytic methods with a cross-sectional approach. The sample consisted of 36 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires on social support, motivation, and self-care management. Data analysis was performed using the Spearman correlation test. The results showed that most respondents had moderate social support (61.1%) and moderate motivation (75.0%). The level of self-care management was predominantly in the moderate category (80.6%). The Spearman test results showed a significant relationship between social support and self-care management ($p = 0.006$, $p < 0.05$). In addition, there was a very strong relationship between motivation and self-care management ($p = 0.000$, $p < 0.05$). Crosstab findings showed that respondents with higher social support and higher motivation tended to have better self-care abilities. Social support and motivation are significantly associated with self-care management in hypertension patients. This study is expected to provide information to the public, especially hypertension patients, about the importance of social support and motivation in self-care management. Healthcare workers are advised to strengthen education, mentoring, and family involvement to improve the effectiveness of self-care in hypertension patients.*

Keywords: Hypertension; Social Support; Motivation; Self-Care Management; Patients;

PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang cukup serius, Hipertensi menyerang jutaan orang di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO dan Kementerian Kesehatan RI, prevalensi hipertensi terus meningkat

setiap tahunnya, terutama seiring dengan pertambahan usia, pola hidup tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik. Hipertensi sering disebut juga the silent killer atau Pembunuh diam-diam, yakni dianggap sebagai penyakit mematikan karena munculnya penyakit ini terkadang tanpa disertai gejala awal sebagai peringatan bagi penderitanya (Between et al., 2022).

Self Care Management diartikan tindakan yang dilakukan secara mandiri untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit dan mempertahankan kesehatan. Perawatan diri secara mandiri tersebut dapat dilakukan dengan atau tanpa dukungan dari tenaga kesehatan dalam mencapai hasil yang lebih optimal (Yulia Susanti et al., 2021)

Berdasarkan WHO tahun 2021 melaporkan hanya 42% pasien *Self Care Management* hipertensi global yang terkontrol dengan baik melalui pengobatan dan perilaku *self care management*, menunjukkan masih banyak pasien yang belum menjalankan *self care management* optimal. Penelitian di Yogyakarta (Puspitasari, 2022) menunjukkan sekitar 56% pasien hipertensi memiliki tingkat *self care Management* yang baik, sedangkan sisanya masih rendah terutama dalam diet rendah garam dan aktivitas fisik (Adolph, 2022).

Self Care Management hipertensi dipengaruhi oleh kombinasi faktor individu, sosial dan lingkungan, antara lain pengetahuan, dukungan keluarga, motivasi (Hadibrata and Rantepadang, 2023). Dukungan Sosial memiliki peran penting dalam proses perawatan hipertensi untuk kepatuhan kontrol yang optimal. Dengan adanya dukungan sosial tersebut menjadikan lansia lebih mendapatkan perhatian dan pengawasan sehingga meminimalisir terjadinya komplikasi. Sama halnya dengan motivasi pasien merupakan salah satu faktor penentu seseorang untuk melakukan sesuatu yang dikehendaki. Motivasi pasien menjadi hal yang penting untuk dimiliki pasien dalam meningkatkan perawatan diri guna meningkatkan kesembuhan penderita hipertensi. Motivasi tidak jauh dari segala bentuk dari unsur-unsur seperti kebutuhan, dorongan dan tujuan (Naufal, Ud and Murtaqib, 2020).

Pentingnya Tenaga kesehatan untuk mengetahui *Self Care Management* pasien hipertensi agar mereka dapat menggambarkan perilaku penderita untuk mencegah komplikasi. Mereka juga dapat menentukan intervensi yang tepat, seperti pendidikan dan promosi kesehatan tentang cara melakukan *Self Care Management* dari hipertensi (Muharam et al., 2024)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan crosssectional. Populasi pada penelitian ini ialah Seluruh pasien Hipertensi di Faskes Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek sejumlah 40 pasien diambil dengan teknik Purposive Sampling yang jumlah sampelnya 36 responden.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer untuk mengetahui data pasien hipertensi dan dukungan sosial serta motivasi dengan *self care management*. Data primer diperoleh dari angket atau kuesioner yang telah diisi oleh responden dan melakukan pemeriksaan tekanan darah. Kemudian di analisis menggunakan uji *Rank Spearman*. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh komisi etik penelitian kesehatan (KEPK) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit dengan nomor sertifikasi No. 126/EC-SM/ 2025

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Uraian	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	9	25
	Perempuan	27	75
2.	Pekerjaan		
	Petani	6	16,7
	Ibu Rumah Tangga	8	22,2
	Swasta	18	50,0
	Pegawai Negeri	4	11,1
3.	Umur		
	18-45 Tahun	20	55,6
	46-65 Tahun	16	44,4
4.	Pendidikan Terakhir		
	Pendidikan Dasar	9	25,0
	Pendidikan Menengah	23	63,9
	Pendidikan Tinggi	4	11,1
5.	Status Perkawinan		
	Kawin	32	88,9
	Cerai/Meninggal	4	11,1
6.	Pemberi dukungan		
	Pasangan	19	52,8
	Ayah	0	0,0
	Ibu	0	0,0
	Anak	17	47,2

Pada penelitian ini Tabel 1 menunjukkan hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 27 responden dengan setengah responden bekerja sebagai karyawan swasta dan sebagian besar responden berumur 18-45 tahun dengan pendidikan SMA serta berstatus kawin dan sebagian besar pemberi dukungan responden yaitu pasangan

2. Karakteristik Data Khusus

Tabel 2. Dukungan Sosial Pasien Hipertensi

No	Dukungan Sosial	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Rendah	4	11,1
2.	Sedang	22	61,1
3.	Tinggi	10	27,8
Jumlah		36	100%

Pada penelitian ini Tabel 2 memperlihatkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial sedang.

Tabel 3. Motivasi Pasien Hipertensi

No	Motivasi Pasien	Jumlah (n)	Presentase (%)
1.	Rendah	5	13,9
2.	Sedang	27	75,0
3.	Tinggi	4	11,1
Jumlah		36	100%

Pada penelitian ini Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi sedang.

Tabel 4. Self Care management Pasien Hipertensi

No	Self Care management	Jumlah (n)	Presentase (%)
1.	Rendah	5	13,9
2.	Sedang	29	80,6
3.	Tinggi	2	5,6
Jumlah		36	100%

Pada Penelitian ini Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self care management* sedang.

Tabel 5. Tabulasi Silang Dukungan Sosial dengan Self Care Management Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob

No.	Dukungan Sosial	Self Care Management						Total		P value	r hitung
		Tinggi		Sedang		Rendah		f	%		
		f	%	f	%	f	%				
1	Tinggi	2	5,6	7	19,4	1	2,8	10	27,8	0,006	0,453
2	Sedang	0	0,0	21	58,3	1	2,8	22	61,1		
3	Rendah	0	0,0	1	2,8	3	8,3	4	11,1		
Jumlah		2	5,6	29	80,6	5	13,9	36	100		

Pada Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat responden memiliki dukungan sosial tinggi sebagian kecil memiliki self care tinggi yaitu 2 responden (5.6%). Sedangkan responden yang memiliki dukungan social sedang sebagian besar memiliki self care yang sedang yaitu 21 responden (58.3%). Sedangkan responden yang memiliki dukungan social rendah Sebagian kecil memiliki self care rendah yaitu 3 responden (8.3%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial dan self-care pada responden dengan nilai p value $0,006 < 0,05$.

Tabel 6. Tabulasi Silang Motivasi dengan *Self Care Management* Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob

No.	Motivasi	<i>Self Care Management</i>						Total		P value	r hitung
		Tinggi		Sedang		Rendah		f	%		
		f	%	f	%	f	%				
1	Tinggi	2	5,6	2	5,6	0	0,0	4	11,1	0,000	0,625
2	Sedang	0	0,0	25	69,4	2	5,6	27	75,0		
3	Rendah	0	0,0	2	5,6	3	8,3	5	13,9		
Jumlah		2	5,6	29	80,6	5	13,9	36	100		

Pada Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat responden motivasi tinggi Sebagian kecil memiliki self care tinggi yaitu 2 responden (5.6%) sedangkan responden yang memiliki motivasi sedang Sebagian besar memiliki self care sedang yaitu 25 responden (69.4%). Sedangkan responden yang memiliki motivasi rendah Sebagian kecil memiliki selfcare rendah yaitu 3 responden (8.3%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial dan self-care pada responden dengan nilai p value $0,000 < 0,05$.

PEMBAHASAN

1. Dukungan Sosial Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial sedang, yaitu berjumlah 22 responden (61.1%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Friedman (2013) dalam Fitriyanti (2022) lingkungan dapat memberikan dukungan untuk kesembuhan pasien, mendorong untuk melakukan pengobatan secara teratur, memberikan pujian atas usaha yang dilakukan pasien selama pasien menjalani pengobatan, dan memberikan umpan balik mengenai hasil prestasi yang akan memperkuat kepercayaan serta harga diri pasien hipertensi (Pramadaningati, Nurbadriyah and Fikriana, 2021). Dukungan Sosial memiliki peran penting dalam proses perawatan hipertensi untuk kepatuhan kontrol yang optimal. Dengan adanya dukungan sosial tersebut menjadikan lansia lebih mendapatkan perhatian dan pengawasan sehingga meminimalisir terjadinya komplikasi (Adi Kusuma *et al.*, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya status perkawinan, jenis pekerjaan, serta lingkungan

sosial tempat responden berinteraksi. Status perkawinan dapat berperan penting karena individu yang sudah menikah umumnya memperoleh dukungan emosional maupun instrumental dari pasangan (Khomsatun and Sari, 2022). Jenis pekerjaan juga berpotensi memengaruhi dukungan sosial, mengingat pekerjaan tertentu memungkinkan seseorang memiliki jaringan sosial yang lebih luas atau lingkungan kerja yang suportif. Selain itu, faktor-faktor seperti kedekatan dengan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, dan keterlibatan dalam komunitas turut berperan dalam membentuk persepsi dan pengalaman seseorang terhadap dukungan sosial (Laila *et al.*, 2024)

individu yang memiliki pasangan cenderung memiliki tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan individu tanpa pasangan sehingga status perkawinan berkaitan erat dengan tingginya dukungan emosional dan penyesuaian diri sosial pada wanita dewasa. Dukungan sosial dari pasangan berpengaruh signifikan terhadap kepuasan pernikahan, yang secara tidak langsung menggambarkan bahwa individu dengan pasangan memperoleh dukungan emosional yang lebih stabil. Hal ini sejalan dengan temuan peneliti yang dimana tidak ditemukannya responden cerai meninggal dalam kategori dukungan sosial tinggi, yang menunjukkan bahwa kehilangan pasangan dapat berpengaruh terhadap menurunnya dukungan sosial. Walau begitu, perbedaan temuan ini dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden dan jumlah sampel yang terbatas pada kategori tertentu (Hadibrata and Rantepadang, 2023)

Status pekerjaan sangat mempengaruhi dukungan sosial dimana sebanyak 13 responden (36.1%) di antaranya bekerja sebagai karyawan swasta. Temuan ini menunjukkan bahwa kelompok karyawan swasta merupakan pekerjaan yang paling dominan pada kategori dukungan sosial sedang karena pekerja swasta memiliki jaringan sosial lebih luas serta interaksi harian yang lebih intens, sehingga meningkatkan dukungan sosial yang diterima.

Namun, temuan ini tidak sejalan dengan penelitian Pratama (2018) yang melaporkan bahwa pegawai negeri sipil (PNS) memiliki tingkat dukungan sosial lebih tinggi karena stabilitas pekerjaan dan hubungan kerja jangka panjang yang mendukung terbentuknya jaringan interpersonal yang kuat. Perbedaan tersebut bisa saja muncul

karena jumlah responden PNS dalam penelitian ini relatif kecil sehingga tidak mencerminkan kondisi sebenarnya secara populasi (Naufal, Ud and Murtaqib, 2020).

Secara keseluruhan, peneliti berpendapat bahwa variasi dukungan sosial ditinjau dari status perkawinan dan pekerjaan sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal, intensitas interaksi sosial, serta keberadaan sistem dukungan yang dekat dengan individu. Responden yang menikah cenderung memiliki dukungan sosial lebih tinggi karena pasangan berperan sebagai sumber dukungan utama. Sementara itu, responden yang bekerja di sektor swasta menunjukkan proporsi dukungan sosial tertinggi, yang mungkin terkait dengan lingkungan kerja yang lebih dinamis dan interaktif. Kedua temuan ini menegaskan bahwa faktor sosial seperti pasangan hidup dan jenis pekerjaan memiliki kontribusi penting dalam membentuk persepsi dukungan sosial individu.

2. Motivasi Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek

Hasil penelitian, di dapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi sedang, yaitu sebanyak 27 responden (75.0%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Peters (2010) dalam su'ud (2020) yang dilakukan pada 306 pasien di Amerika Serikat menunjukkan hasil bahwa motivasi pasien mempengaruhi perilaku seseorang dalam melakukan perilaku kesehatan dalam mengontrol tekanan darah. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Xu (2009) yang menyatakan bahwa meningkatnya motivasi seseorang sejalan dengan meningkatnya kemungkinan dalam perilaku kesehatan. (Susanti, Jauhar and Tiara, 2024)

Motivasi dapat mempengaruhi perilaku seseorang atas fungsinya sebagai sumber daya emosional, sehingga orang dapat melakukan tindakan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Motivasi dapat bersifat intrinsik dan ekstrinsik dan keduanya memainkan peran dalam mempengaruhi perilaku perawatan diri (Yuan, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berstatus kawin memiliki motivasi sedang, yaitu 25 responden (69,4%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anisa (2019) yang menunjukkan bahwa dukungan pasangan berpengaruh signifikan terhadap motivasi dan kepuasan

hidup. Penelitian Kahani (2021) juga menemukan bahwa pasangan dapat meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi, sehingga berdampak pada peningkatan motivasi. Bahkan, Krisnatuti et al. (2024) menegaskan bahwa hubungan suami istri memberikan dukungan psikologis yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan motivasi (Awalia and Ismail, 2024).

Setelah melihat distribusi motivasi berdasarkan status perkawinan, analisis dilanjutkan dengan tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA sederajat memiliki motivasi sedang, yaitu 16 responden (44,4%). Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan menengah merupakan kelompok terbesar yang memiliki motivasi baik, sedangkan pendidikan tinggi tidak menjadi kelompok dominan dalam motivasi tinggi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Lestari (2020) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan tidak selalu berkorelasi langsung dengan motivasi, melainkan dipengaruhi juga oleh konteks sosial dan pengalaman individu. Penelitian Sari (2019) juga menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan menengah dapat memiliki motivasi tinggi karena terbiasa menghadapi kegiatan praktis dan rutinitas yang membutuhkan konsistensi usaha (Nirnasari *et al.*, 2023).

Secara keseluruhan, peneliti berpendapat bahwa tingginya motivasi pada responden berstatus kawin dipengaruhi oleh keberadaan pasangan sebagai sumber dukungan emosional dan psikologis utama. Sementara itu, dominasi motivasi pada responden dengan pendidikan menengah lebih dipengaruhi oleh kondisi sosial dan beban peran yang menuntut konsistensi usaha, bukan semata-mata tingkat pendidikan formal. Temuan ini menegaskan bahwa motivasi dipengaruhi oleh kombinasi faktor interpersonal (seperti pasangan) dan faktor pendidikan yang membentuk pengalaman dan kesiapan individu dalam menghadapi tuntutan hidup.

3. *Self Care Management* Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek

Hasil penelitian, di dapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *self-care management* sedang, yaitu sebanyak 29 responden (80.6%).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Adanza (2016) mengatakan *self care management* memengaruhi kognitif, afektif dan motivasi pasien hipertensi dalam

manajemen atau mengontrol tekanan darah. Proses tersebut akan membentuk keyakinan dan merubah perilaku kesehatan untuk mencapai tujuan pengobatan hipertensi. *Self care management* dapat memotivasi pasien untuk merubah atau mempertahankan perilakunya dalam kepatuhan minum obat, diet, latihan fisik sehingga tekanan darah seseorang akan dapat terkontrol. *Self care management* telah dianggap sebagai prediktor yang paling menonjol untuk perubahan perilaku kesehatan seperti kepatuhan terhadap terapi pada pasien dengan penyakit kronis. Penderita hipertensi yang memiliki *self care management* baik dapat menghasilkan manfaat dalam penanganan hipertensi contohnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat anti hipertensi dan memodifikasi gaya hidup yang sehat (Awalia and Ismail, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai karyawan swasta dengan kategori *self care* sedang, yaitu 14 responden (38,9%). Temuan ini mengindikasikan bahwa pekerjaan swasta dapat mendorong individu untuk lebih memperhatikan perawatan dirinya, baik dari segi fisik maupun psikologis. Hal ini kemungkinan disebabkan karena tuntutan pekerjaan swasta yang menuntut kedisiplinan, penampilan, dan produktivitas sehingga individu lebih termotivasi untuk melakukan praktik perawatan diri (Nuriman, 2024).

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Lestari & Putra (2019) yang menyatakan bahwa jenis pekerjaan memiliki hubungan dengan perilaku *self care*, di mana individu yang bekerja cenderung memiliki *self care* lebih baik dibandingkan yang tidak bekerja. Hal serupa diungkapkan oleh Susanti & Rahayu (2022), bahwa pekerja swasta dengan jam kerja teratur cenderung lebih mampu mengatur pola makan, tidur, dan olahraga dibandingkan pekerja dengan jam kerja tidak tetap (Adi Kusuma *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, dapat disimpulkan bahwa pekerjaan swasta memiliki kontribusi positif terhadap tingginya *self care* responden. Namun, perlu dipahami bahwa pekerjaan juga dapat menjadi faktor risiko apabila jam kerja berlebihan atau tekanan kerja tinggi sehingga dapat menurunkan perilaku perawatan diri.

4. Hubungan Dukungan Sosial dengan *Self Care Management* Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek

Hasil dari uji Rank Spearman diperoleh bahwa nilai $p \text{ value} = 0,006 < 0,05$ yang artinya ada hubungan dukungan sosial dengan *self care management* pasien hipertensi di klinik pratama pusdik brimob watukosek

Hasil penelitian, di dapatkan bahwa dari 36 responden yang memiliki dukungan social sedang sebagian besar memiliki self care yang sedang yaitu 21 responden (58.3%). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin baik perilaku *self care management* yang ditunjukkan oleh individu.

Penelitian ini sejalan dengan Astuti dkk. (2020) menemukan bahwa pasien dengan dukungan keluarga baik cenderung memiliki kepatuhan minum obat lebih tinggi dibandingkan pasien dengan dukungan rendah. Wahyuni & Lestari (2021) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan perilaku self care pasien hipertensi, di mana dukungan dari keluarga dan lingkungan mampu meningkatkan motivasi pasien dalam menjalani pengobatan jangka panjang. Demikian pula penelitian Hapsari dkk. (2022) yang menegaskan bahwa dukungan emosional dan penghargaan dari keluarga merupakan prediktor penting dalam keberhasilan manajemen hipertensi (Juliana *et al.*, 2023)..

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan besar dalam meningkatkan *self care management* pasien hipertensi. Tanpa dukungan yang memadai, pasien cenderung merasa kesepian, kurang termotivasi, dan tidak konsisten dalam menjalankan gaya hidup sehat maupun kepatuhan pengobatan. Oleh karena itu, solusi yang dapat dilakukan adalah memperkuat keterlibatan keluarga dalam manajemen hipertensi, misalnya dengan memberikan edukasi mengenai pentingnya pengawasan minum obat, pola makan sehat, dan gaya hidup aktif. Klinik juga dapat membentuk program *support group* pasien hipertensi, yang memungkinkan pasien saling berbagi pengalaman dan strategi *self care management*

5. Hubungan Motivasi dengan *Self Care Management* Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek

Hasil dari uji Rank Spearman diperoleh bahwa nilai $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan motivasi dengan *self care management* pasien hipertensi di klinik pratama pusdik brimob watukosek

Hasil penelitian, di dapatkan bahwa dari 36 responden yang memiliki responden yang memiliki motivasi sedang sebagian besar memiliki *self care management* sedang yaitu 25 responden. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi seseorang, maka kecenderungan untuk melakukan perawatan diri juga semakin besar.

Penelitian ini sejalan dengan Rahmawati dan Nurhayati (2020) menemukan bahwa motivasi berhubungan dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi, di mana pasien dengan motivasi tinggi lebih konsisten menjalani pola makan sehat. Berdasarkan penelitian sebelumnya (Handriana and Hijriani, 2020) Hasil uji analisis untuk melihat ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan *selfcare management* pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas Majalengka. Temuan serupa dilaporkan oleh Sari dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa peningkatan motivasi melalui edukasi kesehatan terbukti mampu meningkatkan perilaku *self care* pasien hipertensi secara signifikan (Naufal, Ud and Murtaqib, 2020).

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa motivasi terbukti menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan pasien hipertensi dalam menjalankan *self care*. Menurut penulis, upaya peningkatan motivasi pasien dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan yang berkesinambungan, konseling motivasional untuk memperkuat alasan pribadi pasien dalam menjaga kesehatannya, serta penguatan dukungan keluarga agar pasien merasa dihargai dan diperhatikan. Klinik juga dapat memberikan penghargaan sederhana kepada pasien yang berhasil menjalankan self care dengan baik sebagai bentuk motivasi eksternal. Melalui strategi tersebut, diharapkan pasien hipertensi memiliki motivasi yang kuat sehingga perilaku *self care* dapat dipertahankan, tekanan darah lebih terkontrol, dan kualitas hidup pasien meningkat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self care management* pasien hipertensi di klinik pratama pusdik brimob watukosek. Selain itu terdapat juga hubungan antara motivasi dengan *self care management* pasien hipertensi di klinik pratama pusdik brimob watukosek.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan informasi yang bermanfaat, khususnya bagi Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek. Dapat dijadikan acuan dalam menyusun dan melaksanakan program penyuluhan kepada masyarakat

mengenai pentingnya dukungan sosial dan motivasi dalam meningkatkan *self care management* pada pasien hipertensi, serta dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan tambahan bagi masyarakat, khususnya pasien dan keluarga penderita hipertensi. Masyarakat diharapkan semakin menyadari pentingnya peran dukungan sosial dan motivasi dalam mengendalikan tekanan darah, menerapkan pola hidup sehat, serta meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Kusuma, C. et al. (2023) 'Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepatuhan Kontrol Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi', *Health research journal*, 1(2), pp. 2986–5522.
- Adolph, R. (2022) 'Hubungan Self care management dengan tekanan darah', pp. 1–23.
- Awalia, R. and Ismail, H. (2024) 'Hubungan Self Efficacy dengan Self Care Managment Pasien Hipertensi', 3(2), pp. 70–78. Available at: <https://doi.org/10.57151/jsika.v3i2.435>.
- Between, R. et al. (2022) 'Hubungan Persepsi Dukungan Sosial Dengan Health belief Pada Penderita Hipertensi Rumah Sakit Idaman Daerah Banjarbaru', 5(April), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.20527/kognisia.2022.04.001>.
- Hadibrata, B.E.S. and Rantepadang, A. (2023) 'Self-Efficacy dan Self-Care Management Pada Penderita Hipertensi', *Klabat Journal of Nursing*, 5(1), pp. 2685–7154. Available at: <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>.
- Handriana, I. and Hijriani, H. (2020) 'HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAJALENGKA', *Block Caving – A Viable Alternative?*, 21(1), pp. 1–9.
- Juliana, N. et al. (2023) 'Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Alue Bilie Tahun Assistance for Family Assistance with Self Care Management for Hypertension Sufferers in the Work Area of the Alue Bilie Health Ce', *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan(J-BIKES)*, 2(3), pp. 5–10. Available at: <https://doi.org/10.51849/j-bikes.v>.
- Khomsatun, U. and Sari, I.W.W. (2022) 'Hubungan Dukungan Sosial dengan Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pandak I Bantul DI. Yogyakarta', *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 5(3), p. 179. Available at: <https://doi.org/10.22146/jkkk.49826>.
- Laila, N. et al. (2024) 'Peranan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Tahun 2023', *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 8(1), pp. 12–29. Available at: <https://doi.org/10.52643/jukmas.v8i1.3478>.

- Muharam, M.R. et al. (2024) 'K E S E H A T A N Self-Care Management Penderita Hipertensi', 10(1), pp. 34–43.
- Naufal, A., Ud, S.' and Murtaqib, K. (2020) 'Hubungan Motivasi Dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi', Jkep, 5(2), pp. 137–149.
- Nirnasari, M. et al. (2023) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Self Care Management Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Batu X Tanjungpinang Kepulauan Riau', 2, pp. 131–137.
- Nuriman, D. (2024) 'HUBUNGAN MOTIVASI TERHADAP TINGKAT KEPATUHAN PASIEN DENGAN DIET HIPERTENSI DI RS BHAKTI ASIH BREBES'.
- Pramadaningati, I., Nurbadriyah, W.D. and Fikriana, R. (2021) 'Pengaruh Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Self Care Management pada Penderita Hipertensi dengan Pendekatan Teori Doreothea E Orem', Jurnal Kesehatan, Kebidanan, dan Keperawatan, 5(00007), pp. 1–19. Available at: <https://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/article/view/668>.
- Susanti, S.N., Jauhar, M. and Tiara, N. (2024) 'Efikasi Diri , Dukungan Sosial , dan Self-Care Management Klien Hipertensi PENDAHULUAN Hipertensi adalah faktor risiko utama untuk serangan jantung , gagal jantung , stroke , dan penyakit ginjal . Hipertensi tidak hanya ditemukan pada orang tua , tetapi j', 5(2), pp. 62–80.
- Yuan, F. (2023) 'HUBUNGAN SELF-MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS CIWARU KABUPATEN KUNINGAN', 5, pp. 4430–4439.