

**JURNAL SKRIPSI**

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN DARAH  
PASIEN HIPERTENSI DI RS. MAWADDAH MEDIKA  
NGORO MOJOKERTO**



**SITI MAISAROH  
2434201021**

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

**2025**

## PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

Majapahit Mojokerto :

Nama : Siti Maisaroh

NIM : 2434201021

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

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

Demikian harap maklum.

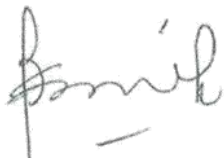
Mojokerto, 22 September 2025

Siti Maisaroh

2434201021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing I



Ika Suhartanti, S. Kep., Ns., M.Kep.  
NIK. 220 250 086

Dosen Pembimbing II



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

**HALAMAN PENGESAHAN**

**JURNAL SKRIPSI**

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN DARAH  
PASIEN HIPERTENSI DI RS. MAWADDAH MEDIKA  
NGORO MOJOKERTO**



**SITI MAISAROH**  
2434201021

**Dosen Pembimbing I**

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Ika Suhartanti".

**Ika Suhartanti, S. Kep., Ns., M.Kep.**  
**NIK. 220 250 086**

**Dosen Pembimbing II**

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Fitria Wahyu A.".

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

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN TEKANAN DARAH  
PASIEN HIPERTENSI DI RS. MAWADDAH MEDIKA  
NGORO MOJOKERTO**

**Siti Maisaroh**

Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, STIKES Majapahit, Mojokerto  
Email: [aqilaputih@gmail.com](mailto:aqilaputih@gmail.com)

**Ika Suhartanti**

Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, STIKES Majapahit, Mojokerto  
Email: [ikanerstanti@gmail.com](mailto:ikanerstanti@gmail.com)

**Fitria Wahyu Ariyanti**

Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, STIKES Majapahit, Mojokerto  
Email: [fitria.hariyadi@gmail.com](mailto:fitria.hariyadi@gmail.com)

**Abstrak** - Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran atau lebih. Status tekanan darah pada penderita Hipertensi ditentukan oleh *Self Care Management* atau perawatan diri terhadap penyakit yang diderita.

Metode dalam penelitian ini menggunakan kolerasi dengan desain studi *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 65 responden. Teknik sampling yang digunakan Consecutive Sampling. Pengumpulan data *self care management* menggunakan koesioner dan pengukuran tekanan darah menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP).

Hasil penelitian *Self Care Management* didapatkan responden terbanyak ialah dengan kategori kurang sebanyak 29 responden dengan presentase 44.6%. Tekanan darah sistolik derajat 1 ringan sebanyak 51 responden. Sedangkan tekanan darah diastolik hampir seluruhnya derajat ringan sebanyak 61 responden .

Ada hubungan yang signifikan antara *Self Care Manegement* dengan tekanan darah sistole dengan *P Value*  $0.000 < 0.05$ , dan ada hubungan yang signifikan antara *Self Care Mangement* dengan tekanan darah diastole dengan nilai *P Value*  $0.000 < 0.05$ . Semakin tinggi tingkat *Self Care Management* seseorang maka akan mengurangi resiko tinggi nilai tekanan darah pasien hipertensi.

Semakin tinggi *Self Care Management* seseorang maka akan semakin rendah nilai tekanan darah sistole dan diastole pada pasien hipertensi. Rumah sakit diharapkan dapat meningkatkan penyuluhan kesehatan terkait *Self Care Management* pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber referensi tambahan dan wawasan dalam meningkatkan *self care management* penderita hipertensi agar dalam rentang yang baik dengan memberikan intervensi yang menarik menjadi lebih baik.

**Kata Kunci:** *Self Care Management*, Tekanan Darah, Hipertensi.

**Abstract** - Hypertension, or high blood pressure, is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg on two or more occasions. Blood pressure status in people with hypertension is determined by self-care management.

This research method used correlation with a cross-sectional study design. The sample size for this study was 65 respondents. Consecutive sampling was used as the sampling technique. Self-care management data were collected using a questionnaire, and blood pressure measurements were conducted using Standard Operating Procedures (SOPs).

The Self-Care Management study found that the majority of respondents were in the "less" category, with 29 respondents representing 44.6%. Fifty-one respondents had mild grade 1 systolic blood pressure, while almost all of the diastolic blood pressure was mild, with 61 respondents having mild grade 1 diastolic blood pressure.

There was a significant relationship between self-care management and systolic blood pressure ( $P\text{-value } 0.000 < 0.05$ ), and there was a significant relationship between self-care management and diastolic blood pressure ( $P\text{-value } 0.000 < 0.05$ ). A higher level of self-care management reduces the risk of high blood pressure in hypertensive patients.

The higher a person's self-care management, the lower the systolic and diastolic blood pressure in hypertensive patients. Hospitals are expected to increase health education regarding self-care management for hypertensive patients. The results of this study are expected to be used as an additional reference source and insight in improving self-care management of hypertension sufferers so that it is in a good range by providing interesting interventions to be better.

**Keywords:** *Self Care Management, Blood Pressure, Hypertension.*

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran atau lebih. Hipertensi merupakan faktor risiko utama pada penyakit-penyakit kardiovaskuler seperti aterosklerotik, gagal jantung dan gagal ginjal. Risiko morbiditas bahkan mortalitas dini dapat meningkat manakala terjadi peningkatan tekanan sistolik dan diastolic. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius baik di Dunia maupun di Indonesia. (Kosassy et al., 2023).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat, terutama pada kelompok usia lanjut. Lansia cenderung memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi akibat proses degeneratif yang terjadi secara alami. Jika tidak dikendalikan, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung. Salah satu tanda penyakit

hipertensi adalah terjadinya peningkatan tekanan darah. Hipertensi disebut silent killer atau pembunuh diam-diam, karena penderita hipertensi sering tidak menampakkan gejala (Heidenreich et al., 2022).

Pada tahun 2023 WHO mencatat di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat mengalami peningkatan signifikan sebesar 144%, dan WHO pada tahun 2021 mencatat bahwa hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia. Sekitar 1,28 miliar orang dewasa (usia 30-79 tahun) di seluruh dunia diperkirakan mengalami hipertensi (WHO, 2023). Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi pada lansia masih tergolong tinggi dan menjadi penyebab kematian terbesar di Indonesia. Menurut Statistik Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2023 yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Timur, prevalensi hipertensi di provinsi ini menunjukkan angka yang signifikan. Data tersebut mencakup berbagai indikator kesehatan, termasuk prevalensi penyakit tidak menular seperti hipertensi (BPS, 2023). Menurut BPS daerah Mojokerto telah tercatat penderita hipertensi sebanyak sebanyak 1.780 kasus pada tahun 2022 (Mojokerto, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di instalansi rawat jalan Rumah Sakit Mawaddah Medika periode bulan Juni tahun 2025 tercatat 113 pasien yang menderita penyakit hipertensi, dari hasil data tersebut peneliti mengambil 15 responden penderita hipertensi. Responden terdiri dari laki-laki 9 orang dan perempuan 6 orang. Dari hasil studi pendahuluan didapatkan data tingkat Self Care Management yang baik 3 orang, cukup 5 orang, kurang 7 orang serta status tekanan darah terkontrol yaitu 7 orang dan tidak terkontrol 8 orang. Bentuk Self Care Management yang dilakukan oleh pasien ialah rutin kontrol kondisi fisik, pemantauan tekanan darah, patuh dalam jadwal meminum obat, serta menjaga pola asupan makanan dan gizi.

Hubungan antara Self Care Management dengan hipertensi adalah individu yang mengalami penyakit kronis seperti hipertensi dapat melakukan Self Care Management melalui perawatan diri dalam mempertahankan kesehatan serta

mengurangi efek dari penyakit dan membatasi perkembangan penyakit. Self Care Management melalui perawatan diri bertujuan merubah gaya hidup yang sehat seperti monitoring tekanan darah, menjaga berat badan, makan makanan yang sehat, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol serta rutin minum obat teratur untuk membantu klien dalam meminimalkan komplikasi dari hipertensi (Theofani Rantetondok et al., 2024).

Menurut penelitian Maryti (2023) menyatakan bahwa hubungan Self Care management dan tekanan darah yang dimiliki lansia mayoritas kurang dikarenakan faktor usia, seiring bertambahnya usia kemampuan individu saat menjalani self care management akan semakin berkurang. (Astarini et al., 2023) Sedangkan menurut penelitian Hidayat,dkk (2024) bahwa hubungan Self care management dan tekanan darah tinggi dengan kategori kurang terjadi karena disebabkan oleh kurangnya kepatuhan minum obat, mengontrol tekanan darah secara rutin, aktifitas fisik, dan diet hipertensi yang tidak tepat (Hidayat et al., 2024)

Berdasarkan permasalahan tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan Self care management terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi rawat jalan di RS Mawaddah Medika Mojokerto (113 pasien). Sampel sebanyak 65 responden dipilih dengan teknik consecutive sampling. Instrumen yang digunakan dipenelitian ini adalah mengukur Tekanan Darah menggunakan Lembar Observasi dan sesuai SOP pengukuran tekanan darah serta kuesioner dari penelitian terdiri dari 40 pertanyaan dari penelitian Nofenisma (2019) yang sudah di uji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji Spearman Rho. Penelitian ini telah mendapatkan rekomendasi dan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKES Majapahit.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Karakteristik Responden**

| <b>No</b> | <b>Jenis Kelamin</b>                                 | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|-----------|------------------------------------------------------|------------|-----------------------|
| 1         | Perempuan                                            | 28         | 43.1                  |
| 2         | Laki-laki                                            | 37         | 56.9                  |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>Usia</b>                                          | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | Remaja Akhir : 17-25 tahun                           | 1          | 1.5                   |
| 2         | Dewasa Awal : 26-35 tahun                            | 14         | 21.5                  |
| 3         | Dewasa Akhir : 36-45 tahun                           | 29         | 44.6                  |
| 4         | Lansia Akhir : 46-55 tahun                           | 10         | 15.4                  |
| 5         | Lansia Akhir : 56-65 tahun                           | 9          | 13.8                  |
| 6         | Manula : > 65 tahun                                  | 2          | 3.1                   |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>IMT</b>                                           | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | Kurus                                                | 1          | 1,5                   |
| 2         | Normal                                               | 38         | 58.5                  |
| 3         | Gemuk                                                | 22         | 33.8                  |
| 4         | Obesitas                                             | 4          | 6.2                   |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>Pendidikan Terakhir</b>                           | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | Tidak Sekolah                                        | 5          | 7.7                   |
| 2         | SD/Sederajat                                         | 12         | 18.5                  |
| 3         | SMP/Sederajat                                        | 12         | 18.5                  |
| 4         | SMA/Sederajat                                        | 31         | 47.7                  |
| 5         | Perguruan Tinggi                                     | 5          | 7.7                   |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>Pekerjaan</b>                                     | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | Tidak Bekerja                                        | 8          | 12.3                  |
| 2         | IRT                                                  | 18         | 27.7                  |
| 3         | Wiraswasta                                           | 36         | 55.4                  |
| 4         | PNS                                                  | 3          | 4.6                   |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>Pernah mendapatkan Edukasi tentang Hipertensi</b> | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | Belum Pernah                                         | 25         | 38.5                  |
| 2         | Sudah Pernah                                         | 40         | 61.5                  |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |
| <b>No</b> | <b>Lama Menderita HT</b>                             | <b>(n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
| 1         | < 5 Tahun                                            | 47         | 72.3                  |
| 2         | >5 Tahun                                             | 18         | 27.7                  |
|           | Jumlah                                               | 65         | 100                   |

Berdasarkan tabel 1 terkait dengan distribusi frekuensi jenis kelamin menjelaskan bahwa sebagian besar respondennya berjenis kelamin laki-laki dengan hasil (56,9%) sebanyak 37 responden. Berdasarkan data distribusi Usia responden



didapatkan data jika hampir setengah responden brkategori usia dewasa akhir : 36-45 tahun dengan hasil (44.6%) sebanyak 29 responden. Berdasarkan distribusi Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan data bahwa sebagian besar respondennya memiliki IMT dengan kategori Normal dengan hasil (58,5%) sebanyak 38 responden. Berdasarkan distribusi pendidikan terakhir yang ditempuh oleh responden sebagian besar berpendidikan SMA/Sederajat dengan hasil (47.7%) sebanyak 31 responden. Berdasarkan distribusi Pekerjaan responden sebagian besar bekerja sebagai wiraswasta dengan hasil (55,4%) sebanyak 36 responden. Berdasarkan distribusi apakah responden pernah mendapatkan edukasi terkait dengan hipertensi sebelumnya, didapatkan data sebagian besar responden sudah pernah mendapatkan edukasi dengan hasil (60,5%) sebanyak 40 responden. Berdasarkan data distribusi lama menderita hipertensi didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki lama menderita hipertensi < 5 tahun dengan hasil (72.3%) sebanyak 47 responden.

**Tabel 2 *Self care management* pasien hipertensi di Rs. Mawaddah Ngoro Mojokerto**

| No | <i>Self Care Management</i> | f  | %    |
|----|-----------------------------|----|------|
| 1  | Kurang                      | 29 | 44.6 |
| 2  | Cukup                       | 20 | 30.8 |
| 3  | Baik                        | 16 | 24.6 |
|    | Jumlah                      | 65 | 100  |

Berdasarkan tabel 2 disebutkan bahwa hampir Sebagian *self care management* pada responden adalah kurang yakni sebanyak 29 responden dengan presentase 44.6%.

**Tabel 3 Tekanan darah pasien hipertensi di Rs. Mawaddah Ngoro Mojokerto**

| No    | Tekanan darah          | Sistole |      | Diastole |      |
|-------|------------------------|---------|------|----------|------|
|       |                        | f       | %    | f        | %    |
| 1.    | Derajat 1 Ringan       | 51      | 78.5 | 61       | 93.8 |
| 2.    | Derajat 2 Sedang       | 14      | 21.5 | 4        | 6.2  |
| 3.    | Derajat 3 Berat        | 0       | 0    | 0        | 0    |
| 4.    | Derajat 4 Sangat Berat | 0       | 0    | 0        | 0    |
| Total |                        | 65      | 100  | 65       | 100  |

Berdasarkan table 3 disebutkan bahwa hampir seluruh responden memiliki tekanan darah sistolik derajat 1 ringan dengan hasil (78.5%) sebanyak 51 responden. Didapatkan data bahwa hampir seluruh responden memiliki tekanan darah diastolic derajat 1 ringan dengan hasil (93.8%) sebanyak 61 responden.

**Tabel 4 Hubungan Self Care Management dengan tekanan darah pasien Hipertensi di Rs. Mawaddah Ngoro Mojokerto**

| SELF_CARE                                      | Tekanan Darah Sistole  |      |           |      |           |   |           |   | Total |      |
|------------------------------------------------|------------------------|------|-----------|------|-----------|---|-----------|---|-------|------|
|                                                | Derajat 1              |      | Derajat 2 |      | Derajat 3 |   | Derajat 4 |   |       |      |
|                                                | F                      | %    | F         | %    | F         | % | F         | % | f     | %    |
| Kurang                                         | 16                     | 31.4 | 13        | 92.9 | 0         | 0 | 0         | 0 | 29    | 44.6 |
| Cukup                                          | 19                     | 37.3 | 1         | 7.1  | 0         | 0 | 0         | 0 | 20    | 30.8 |
| Baik                                           | 16                     | 31.4 | 0         | 0    | 0         | 0 | 0         | 0 | 16    | 24.6 |
| Total                                          | 51                     | 100  | 14        | 100% | 0         | 0 | 0         | 0 | 65    | 100  |
| Uji sperman rank p-value 0.000 nilai r=-0.487  |                        |      |           |      |           |   |           |   |       |      |
| SELF_CARE                                      | Tekanan Darah Diastole |      |           |      |           |   |           |   | Total |      |
|                                                | Derajat 1              |      | Derajat 2 |      | Derajat 3 |   | Derajat 4 |   |       |      |
|                                                | F                      | %    | F         | %    | F         | % | F         | % | f     | %    |
| Kurang                                         | 25                     | 41   | 4         | 100  | 0         | 0 | 0         | 0 | 29    | 100  |
| Cukup                                          | 20                     | 32.8 | 0         | 0    | 0         | 0 | 0         | 0 | 20    | 30.8 |
| Baik                                           | 16                     | 26.2 | 0         | 0    | 0         | 0 | 0         | 0 | 16    | 24.6 |
|                                                | 61                     | 100  | 4         | 100  | 0         | 0 | 0         | 0 | 65    | 100  |
| Uji sperman rank p-value 0.034 nilai r=-0.264. |                        |      |           |      |           |   |           |   |       |      |

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa *self care management* yang cukup dengan tekanan darah sistole derajat 1 ringan sebanyak 16 responden, dengan percentase 37.3%. Terlampir bahwa Koefisien korelasi *self care management* dengan tekanan darah sistolik  $r = -0.487$  yang berarti korelasi negatif yang cukup, nilai (p-value) adalah 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa korelasi ini ada hubungan signifikan secara statistik

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa *self care management* yang kurang dengan tekanan darah diastole derajat 1 ringan sebanyak 25 responden, dengan percentase 41%. Didapatkan data bahwa koefisien korelasi *self care management* dengan tekanan darah diastolik  $r = -0.264$  yang berarti korelasi negatif yang berarti cukup kuat, nilai (p-value) adalah 0,034 yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa korelasi ini ada hubungan signifikan secara statistik.

#### **Self Care Management pada pasien hipertensi di RS Mawaddah Medika Ngoro Mojokerto**

Hasil dari penelitian di RS. Mawaddah Medika Ngoro Mojokerto didapatkan bahwa perilaku *self care management* tertinggi diduduki oleh kategori kurang pada perilaku *self care management* yakni sejumlah 26 responden (44,%).

Hal ini sama diperoleh dalam penelitian terdahulu, yakni penelitian dilakukan oleh Muharram, et al (2024) yang mendapatkan bahwa sebagian besar sebagian responden memiliki diet rendah garam, aktivitas olahraga fisik, cara minum obat, pemantauan tekanan darah, dan upaya pemberhentian merokok yang kurang baik (Muharam et al., 2024)

Terlampir data tabulasi silang antara pendidikan terakhir dengan self care management didapatkan hasil pendidikan terakhir SD sebanyak 11 responden. Sejalan dengan penelitian Theofani Rantetondok, et al (2024) Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka seseorang akan cenderung memiliki literasi kesehatan tentang penyakit yang lebih baik. pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Pendidikan dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, dikarenakan semakin tinggi jenjang pendidikan maka tingkat kesadaran akan kesehatan meningkat (Theofani Rantetondok et al., 2024).

Peneliti berpendapat sesuai dengan yang dikemukakan oleh Theofani Rantetondok, dkk (2024) kategori self care yang kurang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengalaman pernah mendapatkan edukasi tentang hipertensi.

### **Tekanan darah pada Pasien hipertensi di RS Mawaddah Medika Ngoro Mojokerto**

Berdasarkan hasil penelitian ini menggunakan analisis spearman, terdapat hubungan keeratan dari self care management dengan tekanan darah sistolik  $r = -0.487$  yang berarti korelasi negatif yang cukup kuat, nilai (p-value) adalah 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Penelitian tersebut selaras yang dilaksanakan peneliti Mulyasri, et al (2023) terdapat keeratan dari self care management dengan tekanan darah sistolik dengan hasil p value  $0,000 < \alpha 0,005$  dengan nilai korelasi -0,409 (Mulyasari et al., 2023). Dan penelitian yang dilaksanakan oleh Ambarwati & Rosyid (2024) dengan hasil nilai p value 0,001, maka  $H_0$  ditolak yang terdapat hubungan yang signifikan antara self care management serta status tekanan darah pada hipertensi, serta terdapat signifikan dengan nilai korelasi sebesar 0,897 (Ambarwati & Rosyid, 2024)

Penelitian ini selaras pada penelitian sebelumnya yang dilaksanakan pada Isnaini & Lestari, (2018) mengemukakan terdapat pengaruh signifikan antara self care management terhadap tekanan darah sistol pada penderita hipertensi di Posbindu Dukuhturi Kec.Bumiayu Kab. Brebes dengan p value 0,000 ( $< \alpha = 0,05$ ) dan koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,559. Makin tinggi self care management maka tekanan darah lansiasemakin rendah, Makin rendah self care managemennya maka tekanna darah lansia tinggi yang mengalami hipertensi.

Self care management memberikan dampak positif terhadap tekanan darah sistolik karena dapat mempengaruhi tekanan darah sistolik dengan menggabungkan intervensi gaya hidup sehat, edukasi, dan keterlibatan aktif pasien dalam pengelolaan hipertensi. Perubahan ini berkontribusi pada peningkatan fungsi pembuluh darah, pengendalian volume darah, dan pengurangan faktor resiko, yang semuanya membantu menurunkan tekanan darah sistolik secara signifikan (Apriliani, 2025)

Peneliti berpendapat jika tekanan dipengaruhi oleh self care management seseorang. Perubahan gaya hidup yang lebih sehat, adanya keinginan dalam memelihara kesehatan dapat mempengaruhi nilai tekanan darah seseorang.

### **Hubungan self care management dengan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi di RS Mojokerto Ngoro Mojokerto.**

Berdasarkan hasil penelitian ini menggunakan analisis Pearson, terdapat hubungan keeratan dari self care management dengan tekanan darah diastolik  $r = -0.264$  yang berarti korelasi negatif yang berarti cukup kuat, nilai (p-value) adalah 0,034 yang lebih kecil dari 0,05

Penelitian ini selaras pada penelitian sebelumnya oleh Salami (2021) dikarenakan self care management merupakan suatu kognitif behavioural yang bertujuan untuk membantu klien agar dapat mengubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya dengan jalan mengamati diri sendiri. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dan dapat memperbesar resiko atau kecenderungan seseorang menderita hipertensi, diantaranya ciri-ciri individu seperti umur, jenis kelamin dan suku, faktor genetic serta faktor stress, konsumsi garam, merokok, konsumsi alkohol, dan sebagainya. Selain self care management

ada faktor dimana faktor utama yang berperan dalam patofisiologi adalah faktor genetic dan faktor stress (Salami, 2021)

Self care management mempengaruhi tekanan darah diastolic melalui perubahan gaya hidup yang mendukung pengendalian resistensi vascular, fungsi endotel, dan pengaturan hormone serta system saraf. Pendekatan ini mencakup pola makan sehat, aktivitas fisik, manajemen stress, kepatuhan terhadap pengobatan, dan kebiasaan hidup positif, yang semuanya berkontribusi pada penurunan tekanan darah diastolik secara signifikan (Eriyani et al., 2022).

Peneliti berpendapat jika tekanan dipengaruhi oleh self care management seseorang. Perubahan gaya hidup yang lebih sehat, adanya keinginan dalam memelihara kesehatan dapat mempengaruhi nilai tekanan darah seseorang.

### **Kesimpulan dan Saran**

Self care management pasien hipertensi di rs mawaddah medika sebagian besar pada kategori kurang. Tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Mawaddah Medika, Ngoro Mojokerto hampir seluruh responden memiliki tekanan darah sistolik derajat 1 ringan. Sedangkan tekanan darah diastolic hampir seluruhnya derajat 1 ringan. Ada hubungan Self care management pada pasien hipertensi di rs mawaddah medika yang signifikan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber referensi tambahan dan wawasan dalam meningkatkan self care management penderita hipertensi agar dalam rentang yang baik dengan memberikan intervensi yang menarik menjadi lebih baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ambarwati, H., & Rosyid, F. N. (2024). Self Management Berhubungan Dengan Nilai Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 728–735. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9335>
- Apriliani, E. (2025). *Hubungan Self Care Management Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. 1–23.
- Astarini, M. I. A., Maryuti, I. A., & Pae, K. (2023). Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi di Desa Curah Cottok, Situbondo. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 115–122. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v5i3.1008>

- BPS. (2023). *Statistik Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2023 Pravelensi Hipertensi*.  
 Eriyani, T., Sugiharto, F., Hidayat, M. N., Shalahuddin, I., Maulana, I., & Rizkiyani, F. (2022). Intervensi Berbasis Self-Care Pada Pasien Hipertensi: a Scoping Review. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(1), 41–52.  
<http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/711>
- Heidenreich, P. A., Bozkurt, B., Aguilar, D., Allen, L. A., Byun, J. J., Colvin, M. M., Deswal, A., Drazner, M. H., Dunlay, S. M., Evers, L. R., Fang, J. C., Fedson, S. E., Fonarow, G. C., Hayek, S. S., Hernandez, A. F., Khazanie, P., Kittleson, M. M., Lee, C. S., Link, M. S., ... Yancy, C. W. (2022). 2022 AHA/ACC/HFSA Guideline for the Management of Heart Failure: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. In *Circulation* (Vol. 145, Issue 18). <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001063>
- Hidayat, R., Erika, K. A., & Sjattar, E. L. (2024). Self-Care Management in Elderly with Hypertension in Developing Country: A Scoping Review. *Pakistan Journal of Life and Social Sciences*, 22(2), 699–722.  
<https://doi.org/10.57239/PJLSS-2024-22.2.0052>
- Kosassy, S. M., Risdawati, R., & Mulya, A. P. (2023). *Pengaruh senam hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Rasimah Ahmad Bukittinggi*. 5, 3189–3199.
- Mojokerto, B. (2022). *Statistik daerah Mojokerto*.  
 Muharam, M. R., Suharta, D., Ramdani, H. T., Puspita, T., & Wahyudin. (2024). *Self-Care Management Penderita Hipertensi*. 10(1), 34–43.
- Mulyasari, S., Wurjanto, M. A., Hestningsih, R., & Adi, M. S. (2023). *Hubungan antara riwayat hipertensi dalam keluarga, status merokok, dan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada usia 35-59 tahun di wilayah kerja puskesmas kebumen 1*. 11(November), 639–644.
- Ningrum, E. D. R. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Sistol Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kalirejo Kab. Kendal*. (Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo).
- Salami. (2021). Perilaku Self Care Management Penderita Hipertensi: Studi Kualitatif. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 8(1), 87–99.  
<https://doi.org/10.33867/jka.v8i1.261>
- Simanulang, S. M. P. (2019). *Self management pasien hipertensi di rsup H. Adam Malik Medan*.
- Sitohang, R. (2021). Self Care Management Evaluation in Hypertension Patients. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33369/jvk.v3i2.13935>

Siwi, & Husna, N. (2023). Faktor Prediktor Ketercapaian Target Tekanan Darah Pasien Hipertensi di RS PKU Muhammadiyah Gamping. *Pharmaceutical Journal of Indonesia*, 9(1), 20–25. <https://doi.org/10.21776/ub.pji.2023.009.01.4>

Theofani Rantetondok, E., Zainal, S., Kadrianti, E., Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (2024). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsup Dr Tadjuddinchalid Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4, 2024.